



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

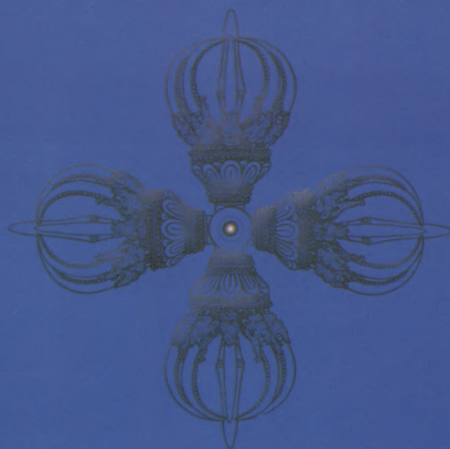
<b>Work:</b>	W1KG14652	<b>ImageGroup:</b>	I1KG15731
<b>LCCN:</b>	n/a	<b>ISBN:</b>	n/a

<b>Title:</b>	བདེ་མཆོག་ལྷན་སྐྱེས་ལྷ་ལཱའི་བྲིལ་བུའི་ཞལ་ལུང་། bde mchog lhan skyes lha lnga'i dril bu'i zhal lung /
<b>Author:</b>	དཀོན་མཆོག་དོན་གྲུབ་ཆོས་དབང་ dkon mchog don grub chos dbang
<b>Descriptor:</b>	n/a
<b>Original Publication:</b>	n/a;n/a
<b>Place:</b>	dehradun, uttarakhand
<b>Publisher:</b>	'bri gung bka' brgyud gsung rab dpe skrun-khang /
<b>Date:</b>	2009
<b>Volume:</b>	1
<b>Total Volumes:</b>	1
<b>TBRC Pages:</b>	2
<b>Introductory Pages:</b>	n/a
<b>Text Pages:</b>	n/a
<b>Scanning Information:</b>	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 10/2013





བདེ་མཆོག་ལྷན་སྐྱེས་ལྷ་ལྷ་རིལ་བྱའི་ནལ་ཁྲུང་།



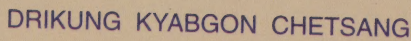
མཛད་པ་ལོ། ཉིན་ཚོར་བྱི་བ་དོན་གྱི་ཆོས་དབང་།

ཕྱི་ལོ་༡༩༩༩་ལོ་ལྷན་སྐྱེས་ལྷ་ལྷ་རིལ་བྱའི་ནལ་ཁྲུང་།



இந்த மாதிரியானது யாருடையது



[illegible]





# དཀར་ཆག

མཚོད་བཟོད་དང་བཅུ་པར་དམ་བཅའ། ..... (1)

ལྷན་སྐྱེས་ལྷ་ལཱེ་སྐྱབ་ཐབས་ཀྱི་ལྷ་དོན། ..... (4)

ལྷན་སྐྱེས་ལྷ་ལཱེ་སྐྱབ་ཐབས་དངོས་དོན་ལ་གསུམ།

༡ ཉམས་སྲུང་བྱེ་ཚོས་ཀྱི་ངོས་འཛིན། ..... (9)

༢ ཇི་ལྟར་ཉམས་སྲུལ་ན་ཚུལ། ..... (9)

༣ སྐྱབ་ཐབས་དངོས་ལ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས།

དང་པོ། ཐུན་གྱི་མགོ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་ལ་ལྷ་ལས།

༡ འདུ་བྱ་མཁོ་བའི་ཆ་རྒྱུན་ལ་གཉིས།

༡ སྐྱབ་པའི་གནས། ..... (10)

༢ སྐྱབ་པའི་ཡོ་བྱད། ..... (11)

༢ བདུད་ཅི་བྱིན་བརྒྱབ་ཅིང་མྱོང་བ། ..... (13)

༣ གཏོར་མ་བཏང་བ་ལ་བཞི།

༡ སྐྱང་བ། ..... (15)

༢ རྟོགས་པ། ..... (15)

३	སྤྲ་བ། .....	(15)
༤	གཏོར་མ་འབུལ་བ། .....	(16)
༥༽	མཆོད་ཇུས་བྱིན་བརྒྱབས་པ་ལ་གཉིས།	
༡	སྤོད་དང་མཆོད་ཇུས་ཇི་ལྟར་དགོས་ཚུལ། .....	(19)
༢	བསང་སྤྱང་ཚུལ། .....	(21)
༥༽	སྐྱབས་འགོ་དང་སེམས་བསྐྱེད། .....	(22)
	གཉིས་པ། ཐུན་དངོས་ལ་ཡན་ལག་དང་དངོས་གཞི་གཉིས།	
(༡)	ཐུན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཡན་ལག་ལ་བཞི་ལས།	
	རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཡན་ལག་དང་པོ་ལ་བཞི།	
༡	ཡིད་དག་པར་བྱེད་པ། .....	(23)
༡	ལུས་དག་པར་བྱེད་པ། .....	(24)
༣	དག་དག་པར་བྱེད་ཚུལ། .....	(24)
༤	ཚད་མེད་བཞི་བསྐྱོམ་པ། .....	(25)
	རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཡན་ལག་གཉིས་པ་ལ་གསུམ།	
༡༽	ཕུང་པོ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ། .....	(25)
༢༽	སྐྱེ་མཆོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ། .....	(27)
༣༽	ཁམས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ། .....	(28)

རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཡན་ལག་གསུམ་པ་ལ་གཉིས།

སྤང་འཁོར་བསྐྱོམ་པ་སྤྱིར་བསྟན་པ། ..... (29)

སྤང་འཁོར་བསྐྱོམ་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བསྟན་པ་ལ་གཉིས།

༡༽ རྡོ་རྗེ་རབ་འཛི་སྤང་འཁོར། ..... (30)

༢༽ བག་གསལ་ཕུར་བ་གདབ་པ་ལ་གཉིས།

༡ ཁྲོ་མོ་བསྐྱེད་ནས་བག་གསལ་འགྲུགས་པ། ..... (32)

༢ བག་གསལ་ལ་ཕུར་བ་གདབ་པ་ལ་གཉིས།

བག་གསལ་གྱི་སྤྱི་བོར་ཕུར་བུ་བདབ་པ། ..... (34)

སྤྱིབ་གཉིས་སྤྱིང་ཕྱིར་རྡོར་སེམས་བསྐྱོམ་པ། ..... (37)

རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཡན་ལག་བཞི་པ་ལ་གཉིས།

༡༽ བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་ཚོགས་ཞིང་བསྐྱེད་པ། ..... (41)

༢༽ ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་འཆི་བ་ཆོས་སྤྱོད་ལམ་ཁྱེར། ..... (46)

(༣) ཐུན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་གསུམ་ལས།

༡༽ རྒྱུང་སེམས་རྒྱ་དར་ལྡང་བ་ལོངས་སྤྱོད་ལམ་ཁྱེར། ..... (48)

༢༽ གཞི་རྟེན་བསྐྱེད་པ་ལ་གཉིས།

༡ འབྱུང་བ་རིམ་བརྟེན་བསྐྱེད་པ། ..... (48)

༢ སྤྱོད་ཚོགས་པསྒྲ་དང་རྡོ་རྗེ་བསྐྱེད་པ། ..... (50)

༣༽	རྣལ་འབྱོར་བཞི་བསྐོམ་ཚུལ་ལ་བཞི་ལས།	
1.	རྣལ་འབྱོར་བསྐོམ་པ།	(51)
2.	རྗེས་སུ་རྣལ་འབྱོར་སྤུལ་སྤུལ་ལམ་འབྱེར།	(52)
3.	ཤིན་རུ་རྣལ་འབྱོར་ལ་དུག་ལས།	
༡༽	རྟེན་དང་བརྟེན་པ་རྗེས་ཚུལ།	(54)
༣༽	དེ་རྒྱས་པར་གསལ་འདེབས་ཚུལ་ལ་གཉིས།	
༡	རྟེན་གཞལ་ཡས་ཁང་བསྐྱེད་པ།	(55)
༢	བརྟེན་པ་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་པ།	(70)
༣༽	དག་པ་སྐོམ་པ།	(73)
༤༽	གོ་བགོ་བཞི།	(73)
༥༽	ཡེ་ཤེས་པ་བརྩམས་ཅིང་དབང་བསྐྱར་བ།	(75)
༦༽	མཚོད་པ་དང་བསྟོད་པ་ལ་གཉིས།	
༧༽	མཚོད་པ་ལ་བཞི་ལས།	
༡	བྱམ་དབང་དང་འབྲེལ་བ་ཕྱི་ཡི་མཚོད་པ།	(79)
༢	གསང་དབང་དང་འབྲེལ་བ་བདུད་རྩི་འི་མཚོད་པ།	(80)
༣	ཤེར་དབང་དང་འབྲེལ་བ་དག་འབཞི་འི་མཚོད་པ།	(81)
༤	ཆོག་དབང་དང་འབྲེལ་བ་དེ་ཁོ་ན་འི་མཚོད་པ།	(82)

ཁ ཀླང་བརྒྱད་ཀྱི་བསྟོད་པ་ལ་གཉིས།

༡ ཡབ་ཀྱི་ཀླང་བརྒྱད་ཀྱི་བསྟོད་པ། ..... (83)

༢ ཡུམ་གྱི་ཀླང་བརྒྱད་ཀྱི་བསྟོད་པ། ..... (83)

4. རྣལ་འབྱོར་ཆེན་པོའི་རྫོགས་རིམ། ..... (84)

གསུམ་པ། ཐུན་གྱི་མཇུག་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་ལ་བཞི་ལས།

༡༽ བསྐྱེད་པའི་ཡན་ལག་ལ་གསུམ།

༡ བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་བགྲངས་པ། ..... (86)

༢ བསྐྱེད་པའི་དུས་ཀྱི་དམིགས་པ། ..... (87)

༣ བསྐྱེད་པའི་སྒྲགས། ..... (88)

༢༽ ཐུན་གྱི་མཇུག་བསྐྱེད་པ། ..... (90)

༣༽ གཏོར་མའི་རྣལ་འབྱོར། ..... (91)

༤༽ སྟོད་ལམ་མཚམས་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་གཉིས་ལས།

༡ སྟོད་ལམ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་སྟོད་ལག་པ་མཚོད་པ། ..... (96)

༢ ཆོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ། ..... (101)

ཚུམ་པ་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱི་མཇུག་བྱང་། ..... (104)

འཇུག་པས་མགོན་པསྟོན་ཀྱི་མཚན་གྱི་མཇུག་བྱང་། ..... (106)

དཔར་བྱང་སྟོན་ཆོག་མི་འདྲ་བ་ལག་གཉིས། ..... (107)



## དཔེ་སྐྱོན་གསལ་བཤད།

ཡོངས་རྫོང་འབྲོ་བའི་མ་འདྲིས་མཛའ་བཤེས་ཁྱེད།

ཡོངས་རྫོང་སྒྲོལ་བའི་མད་བྱང་ཐུང་བསྐྱེད་མཐུས།

ཡོངས་འཛིན་ཁྲ་མ་དམ་པའི་སྐྱར་བསྐྱན་པ།

ཡོངས་འཛིན་ཆེན་པོ་དོན་གྲུབ་ཆོས་དབང་རྒྱལ།

ཡོངས་འཛིན་ཆེན་པོ་ཁམས་སྐྱེ་ཉིན་རྫོང་ཁྱི་བ་དོན་གྲུབ་ཆོས་དབང་གི་འབྲུངས་གཞིས་  
ཡབ་ཡུམ་དང་། འབྲུངས་འདས་ཀྱི་ལོ་ཆོགས་སོགས་ད་བར་རྟེན་སོན་མ་བྱུང་  
ནའང་། དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ཆེ་སྟོང་ལ། དབུས་སྟོད་བྱང་ཕྱོགས་འབྲི་གུང་དུ་  
ཕེབས་ནས། འབྲི་གུང་ལྷ་སྐབས་མགོན་ཆེ་ཆང་སྐྱེ་ཐེང་བཞི་པ་བསྐྱན་འཛིན་པ་ལྟའི་  
རྒྱལ་མཆོན་སོགས་རྩོད་བྲལ་བཤེས་གཉེན་དུ་མའི་དུང་དུ། བཅུ་ཕྱག་རིག་གནས་  
ཡོངས་རྫོགས་ལ། བསན་བསམ་སྒོམ་སྐྱབ་ཕྱོགས་མེད་དུ་མཛའ་པའི་འབྲས་རྟགས་  
མཛོད་དུ་གྱུར་ཏེ། དེ་སྐབས་འབྲི་གུང་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་སྐྱེས་ཆེན་མཁས་གྲུབ་ཀྱི་  
ཁྱོད་ནས། དམ་པ་དེ་ཉིད་སྐྱེས་སྐྱུངས་ཀྱི་སྐྱེ་ཡོན་འབྲན་ཁྲ་དང་བྲལ་བར་བརྟེན།  
ལྷ་སྐབས་མགོན་ཆུང་ཆང་སྐྱེ་ཐེང་ལྔ་པ་ཆོས་ཉིད་ནོར་བུ་དང་། ལྷ་སྐབས་མགོན་ཆེ་ཆང་  
སྐྱེ་ཐེང་ལྔ་པ་ཐུགས་རྗེ་ཉི་མ་རྣམ་གཉིས་ལ་སྦྱང་དང་། སྐན་ངག་སྟེན་སྦྱོར་སོགས་

ཡུལ། བཀའ་ཚེས་སྐབས་རྒྱབ་ཚེས་སོགས་གནང་ཞིང་། སྐབས་བརྒྱད་བསྟན་པའི་  
 མཛེས་རྒྱན་དུ་གྲུར་ནས། ཞལ་སློབ་ཀྱང་མང་དུ་བྱུང་བར་མཛོལ། གསུང་ཚུལ་  
 སལ་ཆེར་ད་ལྟའི་འབྲི་གུང་ཚེས་མཛོལ་ནང་དུ་བཞུགས་བཞིན་པའི་དབུས་ནས། ར་  
 ཆེན་ཞེས་པ་ཚུ་གྲི་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༢ ལོར་ཚུམ་གནང་བའི་འཁོར་ལོ་སྤྲོམ་པ་ལྟན་སྤྲེལ་ལྟ་ལྟའི་  
 རིམ་པ་དང་པོའི་ཐིན་གྲིས་དྲིལ་བུའི་ཞལ་ལུང་འདི། མ་དཔེ་མི་འབྲ་བ་གསུམ་ཙམ་  
 ཞིབ་བསྟར་བཞུགས་ཁུལ་གྲིས་ལས་རིམ་བརྒྱད། འོན་དུ་གཉེར་བྱ་གཙོ་བོ་ནི། དག་  
 ཆ་སོགས་བཙུམ་བཙུར་བྱེད་རྒྱ་དེ་གལ་འགངས་སུ་མ་བཅིས་པར། མ་དཔེའི་འབྲ་  
 གཅིག་ལ་ཡང་འཕྲི་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་འོན་གནད་གཙོ་གཉེར་ཡོང་ཐབས་ཀྱིས་དམིགས་  
 ཡུལ་ངེས་ཅན་ཞིག་བཅང་ཡོད་ལ། ཅུ་འཛོན་གཙོ་བོ་ནི་དབུ་མེད་དང་ཁམས་གྲིས་ཀྱི་  
 མ་དཔེ་གཞིར་བཞག་ཐོག་ འབྲི་གུང་ཚེས་མཛོལ་ནང་དུ་བཞུགས་པའི་མ་ཕྱི་ལྟག་པའི་  
 རིགས་རྣམས་གྲུག་རྟགས་()འདིའི་ནང་བཅུག་ཡོད་པ་དགོངས་མང་འཇུག་དང་ཆབས་  
 ཅིག་ ད་ལམ་ངེད་སྤྱི་ཞུ་བ་རྣམས་ལ་ཉམས་སྦྱང་གི་གནས་ཚད་འདང་ངེས་ཤིག་མེད་  
 བཤང་། སྟོན་འགྲོ་ཆོད་ལྟའི་ཚུལ་དུ་དཔར་སྐྱབ་བཞུགས་པའི་ལས་འཆར་འདིར། རྒྱ་  
 ཆེའི་གྲོག་པ་པོ་རྣམས་ནས་ལམ་སྟོན་གནད་སྟོན་ལྟག་སྟོལ་ཡོང་བ་བཅས། འབྲི་གུང་  
 བཀའ་བརྒྱད་གསུང་རབ་དཔེ་སྐྱབ་ཁང་གི་དཔེ་སྐྱབ་སྤྱི་ཁབ་འགན་ཁུར་བ་དགོན་མཆོག་  
 པ་སངས་ནས།

སྤྱི་ལོ་ ༡༠༠༥ ཟླ་བ། ༣ ཚེས། ༡༥ ཉིན་གྲིས།



༡༡། གྲིཙ་ཀ་སྐབས་ས་ཉེད་ཕུང་ལྷ་ཀ་མཆོག་ སྤྲུལ་བའི་བུ་

ཉི་མོ་ཕ་བུ་ཉི་མོ་ཉི་མོ་ཉི་མོ་ཉི་མོ་

བུ་ཉི་མོ་ །

ན་མོ་ལུ་ཕུ་ལྷ་ཀ་སྐབས་བུ་ཉི་མོ་

ཀྱེ་ཆེན་མཆོག་པའི་དགྲིལ་འཁོར་བུ་ཉི་མོ་

ཆོས་དབྱིངས་མཆོག་པའི་མཁའ་ལ་འོད་འབར་བ།

དོ་མེ་འཆང་དབང་འཛིན་ཉི་མོ་ལྷ་ཀ་ཉི་མོ་

བྱང་ཆུབ་བུ་ཉི་མོ་ལྷ་ཀ་ཉི་མོ་

གང་གི་ཆོས་སྤྱིད་སེལ་བའི་ཀྱེ་ཆེན་པོ་

འཛིན་མཆོག་སྤྱིད་གོལ་རིམ་གཉིས་འཁོར་ལོ་བཞི་

འཛིན་མཁའ་ཕུ་བུ་བུ་ཉི་མོ་ལྷ་ཀ་ཉི་མོ་

---

ཁྱད་པར་མཁའ་འགོ་གྲོང་ཡངས་ཕྱག་གི་ཡུལ།  
སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཐུགས་རྗེའི་སྒྲུ་འཕྲུལ་གར།  
འགོ་འདུལ་མཚན་དང་སྒྲར་ཡང་ཉིད་སྒྲུལ་པ།  
པརྱའི་མཚན་ཅན་རིགས་རྣམས་ཀུན་གྱི་གཙོ།  
ལན་གཅིག་མིན་པར་སྦྱིང་གི་དགྲིལ་དུ་རོལ།

འངས་དཔལ་དཔའ་བོའི་སྒྲུ་མའི་ཁྲོས་གར་ལས།  
འགོ་བའི་ལུན་སེལ་ཉི་མའི་དགྲིལ་འཁོར་དང་།  
ཐུགས་རྗེའི་ཁྲོ་གསར་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་ལ།  
རྣམ་ཀུན་དད་པའི་བ་སྤྱུ་ཕྱོགས་བརྒྱར་གཡོ།

སྤིད་དང་ཞི་བའི་མཐའ་འདས་མཉམ་ཉིད་སྟོང་པའི་ངང་།  
ཐབས་དང་ཤེས་རབ་སྟོམས་འཇུག་ཟག་མེད་བདེ་བ་རྒྱས།  
སྟོ་དང་བསྐྱུ་བ་བྲལ་བའི་ལྷན་ཅིག་བསྐྱེད་རྫོགས་པ།  
དགྲིལ་འཁོར་འཁོར་ལོའི་དབང་ཕྱག་ཉེ་རུ་ཀ་ལ་འདུད།

གང་ཞིག་མཐོང་བས་ལྷན་སྐྱེས་བདེ་ཆེན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ།

---

གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ལ་འཛོལ་བར་བྱེད་པའི་ཡིད་འཕྲོག་མ།  
བྱུ་རུའི་དཔལ་མངའ་རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་གཅིག་ལྟ།  
བདག་གི་སྙིང་ལ་དགའ་བཞིའི་ཡེ་ཤེས་མཆོག་སྦྱོལ་ཅིག།

ནལ་འབྱོར་མ་རྒྱུད་ཀུན་གྱི་སྙིང་ལྟ་བུ།  
ཟབ་གསང་ཅུ་བཤད་རྒྱུད་ལྟ་བུ་མཆོའི་བཅུད།  
རྒྱ་བོད་མཁས་གྲུབ་ཀུན་གྱིས་ཉམས་བསྟར་བའི།  
འཁོར་ལོ་སྦྱོམ་པའི་སྦྱུ་ཐབས་འདི་མྱོད་བྱུང་།

རང་ཉིད་མཆོག་གི་གོ་འཕང་མ་ཐོབ་ཕྱིར།  
གཞན་ལ་ཕན་པའི་གོ་སླལ་ཆེས་སྤྲ་ཡང་།  
རྒྱུད་དོན་བལྟ་བའི་བག་ཆགས་འཛོག་ཕྱིར་དང་།  
རང་གི་བརྗེད་པ་གསོ་ཕྱིར་ཅུང་ཟད་བྱི།

ཆོག་དོན་ཆ་ལ་ཆེས་རྫོངས་ཀྱང་།  
ནེ་ཙོས་ཡིག་དྲུག་འདོན་པ་ལ།  
མཁས་པས་སྤེལ་བའི་སྐབས་མེད་ཕྱིར།

ཁོ་མོའི་འདིར་ཡང་གནང་བར་རིགས།།

དེ་ཡང་འདིར་སློབ་དཔེ་ཆེན་པོ་དེ་རྒྱུ་ལ་ཕེལ་གསུམ་གྱི་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་ལྟ་བུ་སྤྲུལ་  
སྤྲུལ་འདི་སྤྲུབ་ཐབས་འཆད་པ་ལ།

སྤྱི་(དོན)དང་། དངོས་དོན་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། སྤྱིར་སེམས་ཅན་  
སངས་རྒྱུ་སྤྱབ་པའི་ཐབས། སྟོན་མཆོག་གི་མའི་གཉེན་གྱིས་ཆོས་སློ་གྲངས་མེད་  
གསུངས་པ་རྣམས་གདུལ་བྱ་གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་དོན་ཏེ། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བསྟུ་  
ན། ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་གཉིས་སུ་འདུས། དེའི་དབྱེ་བའང་ཞིབ་རྒྱས་མང་དུ་བྲེ་མོད།  
ཆོས་རྒྱུ་འཛིན་རྒྱུ་ཆེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོའི་རྩི་རྒྱུ་ཆོག་བསྟུས་པ་ལས།  
ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་ཁྱད་པར་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན། གསུངས་པས། སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་སངས་རྒྱུ་སྤྱབ་འདོད་ཀྱི་སློ་སྟོན་དུ་ཡོད་པ་ཐེག་ཆེན། རང་ཁོ་ན་ཐར་བར་འདོད་  
པ་ཐེག་དམན་དུ་བཞེད། ཐེག་ཆེན་ལའང་། རྒྱ་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་ཐེག་པ་དང་།  
འབྲས་བུ་གསང་སྤྲུགས་རྩི་ཐེག་པ་གཉིས། དེའི་དབྱེ་བ་ཡང་། རྩི་རྒྱུ་  
ལས། མདོ་དང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དབང་གིས་དབྱེ། གསུངས་ཏེ། སྟོན་བྱེད་  
ཀྱི་དབང་གིས་སྟོན་ནས། སྟོན་བྱེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་སྟོན་དུ་ཡོད་པ་ལ། འབྲས་བུ་  
གསང་སྤྲུགས་རྩི་ཐེག་པ་ཟེར། དེ་ལའང་གསར་རྩིང་གི་དབྱེ་བའམ། སྤྱི་འབྱུང་  
ཕྱི་འབྱུང་གྱི་དབྱེ་བ་གཉིས་སུ་བྱེད་དེ། བོད་དུ་བསྟན་པ་སྤྲུང་གི་དུས་འབྱུང་ཞིང་རྒྱ་  
བོད་ཀྱི་གྲུབ་ཐོབ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ལས་འབྱུངས་པ་སོགས་བཀའ་བསྟན་བཅོས་རྣམས་སྤྲུ

འགྱུར་བཀའ་མར་གྲགས། དེ་ཉིད་མ་འོངས་མངོན་སུམ་མཁྱེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་གདུལ་  
བྱའི་དོན་དུ་གཏེར་དུ་སྤྲས་པ་སོགས་སྤྱུལ་པའི་གཏེར་སྟོན་ཆོད་ལྷན་གྱིས་སྤྱན་དངས་པ་ལ་  
གཏེར་མ་གསུངས་ཤིང་རྟེན་མའི་ཕྱོགས་ཡིན་འདུག། བོད་དུ་བསྟན་པ་ཕྱི་དར་གྱི་དུས་  
ལོ་པར་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲ་འགྱུར་རྣམས་ལ་དག་ཐེར་དང་། གསར་འགྱུར་མཛད་པ་རྣམས་  
གསར་མར་གྲགས་ཤིང་། ད་ལམ་སྐབས་སུ་བབ་པ་ནི་གསར་མ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་འང་  
རྒྱུད་སྡེ་ཆེན་པོ་རྣམས་པ་བཞིར་དབྱེ་སྟེ། བདེ་མཆོག་ཅུ་རྒྱུད་ལེན་པ་གཅིག་པ་ལས།

མདོ་སྡེ་བྱ་བ་སྟོད་པ་དང་།

རྣལ་འབྱོར་གསང་མཐའི་དབྱེ་བ་ཉིད།

སེམས་ཅན་མོས་པས་འཇུག་པ་རྣམས།

དེ་དང་དེ་ལ་དགའ་བ་བཞིན།

ཞེས་རྒྱ་པ་རོལ་རྒྱ་ཕྱིན་པ་དུག་སོགས་རྒྱ་ཆེར་སྟོན་པ་ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་སྡེ་རྣམས་དང་། བྱ་  
རྒྱུད། སྟོད་རྒྱུད། རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད། གསང་སྔགས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་སྒྲ་མེད་དང་  
བཞི་(ནི)། འབྲས་བུ་གསང་སྔགས་ཡིན་པར་བཤད། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱུད་སྡེ་རེ་  
ལ་འང་དབྱེ་བ་ཤིན་ཏུ་མང་ཞིང་། བྱད་པར་སྒྲ་མེད་ལ། བརྒྱད་དང་། མ་རྒྱུད།  
གཉིས་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་དང་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། ད་ལམ་འདིར་མ་རྒྱུད། དེ་ལ་འང་  
ཀྱི་འི་རྩི། ཀའན་བཞི། མ་རྒྱ་མ་ཡུ། སངས་རྒྱས་ཐོད་པ། བདེ་མཆོག་  
སོགས་མང་དུ་ཡོད་པ་ལས། འདིར་བདེ་མཆོག་ བདེ་མཆོག་དེ་ལ་འང་། ཅུ་

རྒྱུད། བཤད་རྒྱུད། མན་ངག་གི་རྒྱུད་དང་གསུམ་ལས། ཅ་བའི་རྒྱུད་ལེན་འབྲུམ་  
ཡོད་པར་གསུངས་ཀྱང་། བོད་དུ་མ་འབྱུང་། དེ་ལས་ལྷུང་བའི་ལེན་དགཅིག་པ་བོད་  
དུ་བཞུགས་པ་འདི་ཅ་རྒྱུད་ཀྱི་ངོས་འཛིན་དང་། རྒྱུད་ཕྱི་མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་  
ཤོ་ལོ་ཀ་འབྲུམ་ཡོད་པར་གསུངས། དེ་ཡང་བོད་དུ་མ་འབྱུང་། དེ་ལས་ལེན་ལྷ་པ་  
འདི་བྱུང་། བཤད་རྒྱུད་ནི། སློབ་དཔོན་མི་བྱབ་སྐྱབས།

མཁའ་འགྲོ་འབྱུང་བ་ཀུན་སྦྱོད་དང་།

དེ་བཞིན་མཚན་མཚོགས་སྐྱེ་མའི་རྒྱུད།

ཁ་སྦྱོར་རྒྱུད་དང་བཞི་པོ་ནི།

བཤད་པའི་རྒྱུད་དུ་ཤེས་པར་བྱ།

ཞེས་གསུངས་པས། མཁའ་འགྲོ་ནི། རྗེ་མཁའ་འགྲོའི་རྒྱུད། སྐྱེ་མ་ནི། ཨ་  
བྷི་རྩ་ནའམ་མཛོན་བཛོད་སྐྱེ་མ། ཁ་སྦྱོར་ནི། སྐ་བྱུ་ཀྱ། འབྱུང་བ་ལ། ཉེ་རུ་  
ཀ་མཛོན་འབྱུང་། སྐག་མོ་མཛོན་འབྱུང་། སློབ་པ་འབྱུང་བ་གསུམ་ག་གོ་བ་བཅས།  
བཤད་རྒྱུད་ལྷུང་དཔྱེ་བར་མཛོད། རྒྱ་རི་ཀ་པས། རྣལ་འབྱོར་མ་བཞི་ཞལ་སྦྱོར་བ་  
དང་། མཁའ་འགྲོ་རྒྱ་མཚོ་གཉིས་བསྐྱེན་ནས། བཤད་རྒྱུད་བདུན་དུ་བྱེ་བར་མཛོད།  
མན་ངག་གི་རྒྱུད་ནི། ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་རྒྱུད་སོགས་ལ་བཞེད་གསུངས་པ།  
ཅ་རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱི་མ་ཤོ་ལོ་ཀ་འབྲུམ་ཡོད་པ་དེ་ལ་བཞེད་དམ། བོད་དུ་བཞུགས་པའི་དུམ་  
བུ་ལྷ་པ་འདི་ལ་(ནམ་ངག་གི་གནས་ཆེར་མ་མཛོད་)འདམི་འབྲུབ་གཉིས་ཙམ་མཛོད། གཞན་

ཡང་ཆ་མཐུན་གྱི་རྒྱུད་སོགས་མང་དུ་བཤད་དོ།

དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱུད་དེ་རྣམས་ཀྱང་། གསུངས་པའི་གནས་རི་རབ་གྱི་ཅེ། གསུངས་  
པའི་དུས་ཚོད་ལྷན་གྱི་དུས། གསུངས་པ་པོ་ཉེ་དུ་ཀ། ལུ་བ་པོ་རྩེ་ཤག་མོ། གསུངས་  
པའི་རྒྱུད་གྱི་རྒྱུད་པ་པོ་རྣམས་འབྱོར་མ་རྣམས་གྱིས་བསྟུས། བསྟུ་བའི་གནས་ཨོ་རྒྱན་  
ཡིན་པར་བཤད་པ་སོགས་མཁས་གྲུབ་གོང་མ་རྣམས་གྱི་ཡིག་ཆ་ལས་འབྱུང་ཞིང་། དེ་  
ལྟ་བུའི་རྒྱུད་སྟེ་འདི་ལ། རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ། ཉན་བཤད། ཉམས་  
ལེན་མཛད་པ། ཉམ་མཁའི་སྐར་མ་ཅམ་བྱུང་བའི་ནང་ནས་གྲགས་ཆེ་བ་ནི། རྣམ་  
འབྱོར་གྱི་དབང་ཕུག་ལུ་ནི་པ། རྣམ་འབྱོར་ནག་པོ་སྦྱོད་པ། སློབ་དཔོན་རྩོ་རྩེ་འུ་  
བུ་པ་གསུམ་ལ་ལུ་ནག་འུ་པ་གསུམ་ཞེས། འཁོར་ལོ་སྟོམ་པ་འདི་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པ་  
ཐོབ་པར་གྲགས་ཏེ། གྲུབ་ཆེན་དེ་གསུམ་གྱི་གཞུང་ཕྱིན་རྒྱབས་ཆེ་བས་དར་སྟོལ་ཡང་  
ཆེ། ཉི་ཁྲི་ལྟར་གྲགས་པར་འདུག་པས་བོད་ཡུལ་དུ་འང་སྤྱིར་ཅི་རིགས་པས་འགྱུར་  
བ་ལས། སློབ་དཔོན་རྩེ་འུ་བུ་པའི་ལྷགས་འདི་ནི། དངོས་གཞི་མན་ངག་གི་རྒྱུད་  
ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་ལེན་གསུམ་པས་བསྟན་པར་བཞེད། ཡན་ལག་རྣམས་  
ཅ་བཤད་ཅི་རིགས་པ་ལ་བསྟན་ནས་མཛད་དེ། དཔལ་ཆེན་ཁོ་རྩེ་བས་བོད་དུ་  
བསྟུར་ཞིང་། འདི་ཡི་སྟོན་གྲུབ་པ་ཐོབ། དཔལ་(ཤག་མོ་གྲུ་པ་ལ་གནང་།  
དེས་རྩེ་འུ་རྩེ་གསུམ་གྱི་མགོན་པོ་ལ་གནང་། རྩེ་འུ་ལྷགས་དམ་གྱི་གཙོ་བོར་  
མཛད། དེ་ནས་བརྒྱུད་པ་བར་མ་ཆད་པ། སྟུབ་བརྒྱུད་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་གྱི་མཁས་

གྲུབ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་འདི་རང་ལ་མཛད།   འདི་ཉིད་ཉམས་སུ་ལེན་པ་  
ལ་ཡང་།   སྟོན་དུ་དབང་བསྐྱར་ལེགས་པར་ཐོབ་དགོས་ཏེ།   ཅ་རྒྱུད་ལས།

སྒྲ་མ་བརྒྱད་རིམ་གྱིས་ཐོབ་པའི།

དབང་བསྐྱར་བས་ནི་སྤྲུགས་ལེགས་ལྟན།

ཞེས་དང་།   མ་ཐོབ་ན་དེ་ཉིད་ལས།

སྤྲུགས་པས་ད་གྱིལ་འཁོར་མ་མཐོང་བར།

གང་ཞིག་རྣལ་འབྱོར་པ་ཉིད་འདོད།

མཁའ་ལ་ཁྲུར་གྱིས་བརྟེན་དང་།

སྤྲིག་རྒྱུ་འི་ཆུ་ནི་འབྱུང་དང་མཆུངས།

ཞེས་གསུངས་ཤིང་གཞན་ཡང་།   དགོངས་གཅིག་ལས་ཀྱང་།   བརྒྱད་པ་ལས་བརྒྱད་  
པའི་ཆོས་ཟབ་ཅིང་ངོ་མཚར་།   གསུངས་པས།   འདི་ཡི་ད་གྱིལ་འཁོར་དུ་དབང་བསྐྱར་  
ལེགས་པར་ཐོབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པས་འདི་ཉིད་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ཉམས་སུ་ལེན་པའོ།

**གཉིས་པ།   དངོས་དོན་(གྱི་རིམ་པ)འཆད་པ་(འདི་ནི)།**   སྤྲིགས་དུས་ཀྱི་  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རྒྱལ་དབང་རྒྱུ་འི་མཚན་ཅན་གྱིས་སྤྲུགས་བསྐྱིགས་མཛད་པའི་  
སྐྱབ་ཐབས་དོན་གཉིས་མཚོག་སྟོལ་འདི་ཉིད་ཡིན་ལ།   དེ་ལའང་།

ཉམས་སུ་སྒྲུང་བའི་ཆོས་ཀྱི་ངོས་འཛིན།   རི་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ།   སྐྱབ་  
ཐབས་དངོས་དང་གསུམ་གྱིས་བཅད་མཛད་པའི།



དང་པོ། ཉམས་སྒྲུབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱང་། རྗེ་འཇིག་རྟེན་མགོན་པོས།

མདོ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་ལྟ་རྣམས་གཙོ་བོར་བཟུང་།

དབང་པོ་རབ་ལ་ཆོ་ག་རྒྱས་པར་དགོས།

སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་བབས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན།

གསུངས་པས། རྣལ་འབྱོར་མ་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་འཁོར་ལོ་སྒྲུམ་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་བྱུང་ཚུལ་  
ལོ་རྒྱུས་སོགས་རྒྱས་པ་རྗེ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་མཛད་པར་གསལ་ཞིང་། བསྐྱུས་པ་  
སྟོན་དུ་སོང་ནས།

སྤྱི་དོན་གཉིས་པ། རི་ལྟར་ཉམས་སྒྲུབ་ལེན་ཚུལ་ནི། ཅུ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲུམ་དེ་  
ཉིད་བཅུ་བཞིས་རིམ་གཉིས་ཉམས་སྒྲུབ་ལེན་ཚུལ་སྤྱི་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ།

རྣལ་འབྱོར་རྣམ་གསུམ་ཤེས་བྱ་སྟེ།

བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་དང་རབ་བརྒྱབས་དང་།

བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་གཟུགས་རྫོགས་པའི།

རྣལ་འབྱོར་སངས་རྒྱུས་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱུགས།

ཞེས་པ་རྒྱ་རྒྱུ་ཏས་བསྐྱེད་རིམ་དུ་བཀྲལ་བ་ལྟར་གྱི་གོ་རིམ་ལ།

སྤྱི་དོན་གསུམ་པ། སྐབ་ཐབས་དངོས་རི་ལྟར་ཉམས་སྒྲུབ་ལེན་པ་ལའང་།

ཐུན་གྱི་མགོ་ ཐུན་གྱི་དངོས་གཞི། ཐུན་གྱི་མཐའ་གསུམ་(མོ)། ཐུན་མགོ་

ལའང་། སྟོན་འགོ་དང་། རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཡན་ལག་གཉིས་ལས།

དང་པོ་(ནི)། འདྲ་བ་བདུན་ཅི་བྱིན་རྒྱབས་མྱོང་།།

གཏོར་མ་བཏང་ཞིང་མཆོད་བྱིན་བརྒྱབས།།

སྐྱབས་སེམས་སྡོན་འགྲོ་སྒོ་གསུམ་སྦྱངས།།

ཆོད་མེད་ཕུང་སོགས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས།།

སྦྱང་འཁོར་སྐྱབ་སྦྱང་ཆོགས་གཉིས་བསགས།།

ཞེས་རྒྱལ་འབྱོར་གྱི་ཡན་ལག་ཏུ་གསུངས་པ་(ལས)། དང་པོ་འང་། གནས་དང་།

ཡོ་བྱད་གཉིས་ལས།

དང་པོ། སྐྱབ་པའི་གནས་ནི། མངོན་བརྗོད་ལས།

རི་སྤལ་དང་ནི་རི་ཅེ་དང་།།

རྒྱ་བོ་ཆེན་པོའི་རོགས་དག་དང་།།

རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་འབྲམ་དག་དང་།།

ཤིང་གཅིག་དང་ནི་དགེ་བའི་གནས།།

མ་མོའི་བྱིམ་མམ་དུར་ཁོད་དང་།།

སྒྲ་ཆོགས་དབེན་པའི་ས་ཕྱོགས་སམ།།

ལྷ་ཁང་དང་ནི་མཆོད་རྟེན་ནམ།།

བྱིམ་མམ་གཞི་མདོ་དག་ཏུ་ནི།།

སྐྱབ་པ་པོ་ཡིས་སྦྱོར་སྐྱབ་ན།།

འདོད་པ་ཀུན་གྱི་འབྲས་བུ་སྟེར། །ཞེས་པ་ལྟར་གང་ཅུང་དུ་འོ།

གཉིས་པ། མོ་བྱང་ལ། གིས་སྐྱེ་བྱིན་གཤིན་མཆོད་གཏོར་སོགས་འཆོགས་  
པར་བྱས། རང་གི་མདུན་དུ་ནང་མཆོད། རྩོམ་གྱི་ལ། རྒྱ་མ་རུ་སོགས་འཆོགས་  
ནས། སྐྱབ་ཅིངས་པ་ཡིན་ན་ཁྲོལ། རོ་གདན་དངོས་སམ་ཡིན་པའི་མོས་པས་  
གདན་ལ་འདུག། བདུད་ཅི་རིལ་བུ་ཁར་བཅུག་སྟེ། དེ་ཡང་མཛོན་བཞེད་ལས།  
མང་ས་རྒྱུ་དང་ཞག་ཁ་རྩ།

ཤུ་ཀྱ་རྩ་ལྟ་ཅིག་སྟུར།

རྣམ་འབྱོར་པ་ཡི་རིལ་བུ་བྱས།

མོས་ན་དངོས་གྲུབ་ངེས་པར་འགྱུར།

ཞེས་གསུངས་པས། དངོས་སུ་མེད་ན་ནང་མཆོད་སྐྱབ་པ་ལྟེ་ཐོག་ཏུ་བཞག་ནས། རྩོམ་  
འབྱུང་ལས།

དང་པོ་བདེ་མཆོག་ཕྱག་གཉིས་པའི།

ལྟ་ཡི་རྣམ་པའི་རྣམ་འབྱོར་ལྟ།

ཞེས་གསུངས་པས། རང་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་གིས་བཅོམ་ལྟན་འདས་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་  
སྐྱར་གསལ་བར་གྱུར། ཞེས་བཞེད་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར། སྐྱད་ཅིག་གིས་རང་  
འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པ་སྐྱེ་མདོག་ཟར་མའི་མེ་ཏོག་ལྟར་སྒྲོན་པོ། ཞལ་གཅིག་སྟུན་  
གསུམ། མཆེ་བ་རྩུང་ཟད་གཅིགས་པ། དབུ་སྐྱར་ལ་བའི་ཅོད་པ་ཆ་གྱི་ཕེ་མོར་ནོར་

བྲ། མདུན་དུ་སྒྲུ་ཚོགས་དོན་ཤེ། གཡོན་དུ་རྒྱ་སྒྲེད། སུམ་ཁུགས་སུ་འཁྱོགས་པའི་  
 དར་དཔལ་པ། དོན་ཤེད་འཕྲེང་བས་སྒྲེལ་བའི་ཐོད་སྐྱམ་ལཱའི་རིན་པོ་ཆའི་ཅེ་བྲན་ཅན་སྐྱ་  
 མཚམས་སུ་བཅིངས་པ། ཐོད་རྒྱུན་ལཱ་བཅུའི་དོན་ཤེ་ཅན། རུས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ལཱ་  
 དང་། ཐལ་ཆེན་གྱིས་བྱུག་པ་སྟེ་ཕྱག་རྒྱ་དུག། སྐྱག་གི་ལྷགས་པའི་ཤམ་ཐབས་  
 སྒོལ་བ། གར་གྱི་ཉམས་དགུ་དང་ལྷན་པ། ཕྱག་གཉིས་དོན་ཤེ་དང་དེལ་བུ་འཛིན་  
 པས་ཡུམ་ལ་འབྱུང་པ། ཞབས་གཡས་བརྒྱུད་པས་དུས་མཚན་མ་དམར་མའི་བྲང་  
 གི་ཐོག་དང་། གཡོན་བསྐྱམས་པས་འཛིགས་བྱེད་ནག་པོའི་མགོ་བོའི་ལྷག་པའི་སྟང་  
 དུ་བཅིས་པ། ཡུམ་དོན་ཤེ་ཕག་མོ་དམར་མོ་གཞོན་མཛེས་ལང་ཚོ་དར་ལ་བབ་པ། ཞལ་  
 གཅིག་ ཕྱག་གཉིས། སྐྱན་གསུམ་སྐྱ་གྲོལ་བ་ལ། ཐོད་སྐྱམ་ལཱའི་དབུ་རྒྱན་དང་།  
 སྐམ་པོ་ལཱ་བཅུའི་དོན་ཤེ་ཅན། ཐལ་བ་སྤངས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ལཱས་བརྒྱན་པ། གཡས་  
 དོན་ཤེ་གི་གྲུག་ནམ་མཁར་ཕྱར་བ། གཡོན་པརྒྱའི་སྟོད་འཛིན་པས་ཡབ་ཀྱི་མགུལ་ལ་  
 འབྲིལ་བ། ཞབས་གཡོན་བརྒྱུད་གཡས་ཡབ་ཀྱི་སྟེད་པར་འབྲིལ་བ། བདེ་བ་ཆེན་  
 པོའི་ཉམས་རྒྱས་པ། ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཀ་བསྐྱལ་བའི་མའི་གཟི་བུ་དང་ལྷན་པ།  
 པརྒྱ་ཉི་མའི་གདན་ལ་བཞུགས་པ་གསལ་གདབ་སྟེ། སྐད་ཅིག་དགྲོང་བསྐྱེད་འདི།  
 ལྷ་ལ་ཅིག་ཅར་འཇུག་པ་གནད་ཟབ་པར། ཆོས་ཤེ་རིན་པོ་ཆའི་བཞེད་པ་ལྟར་ཏེ། དེ་  
 ཡང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན་སོགས་འོལ་སྦྱི་ཅམ་མིན་པ། ད་ལྟ་ཐོག་མ་ནས་ལས་སྐྱར་  
 མ་སོང་བ་གསལ་ཐེབ་པར་གལ་ཆེད།



བསམ། དེའི་སྤྲོད་དུ་རྩི་ཡིག་དམར་པོ་ཞིག་བྱུང་བ། དེ་ཡང་འོད་དུ་མེར་གྱིས་ལྷ་བ་  
 ལས། མེའི་དགྲིལ་འཁོར་གྱུ་གསུམ་དམར་པོ་བྱུར་གཅིག་རང་ལ་བསྟན་པ།  
 དབུས་སུ་རྩི་ཡིག་མེ་འབར་བས་མཚན་པ། དེའི་བྱུར་གསུམ་དུ་སྐྱུ་གསུང་བྱགས་ཀྱི་  
 རོ་བོ་ཨོ་ཨུམ་རྩི་གསུམ་བྱུང་བ། དེ་ལྷ་བ་ལས་མི་མགོ་འི་སྤྲོད་པུ་ལྷ་ག་པ་ནང་དུ་  
 བསྟན་པ་གསུམ་དུ་(གྱུར་)བྱུང་། འདི་མགོ་ཚོན་པ་བྱེད་པ་དང་། སྐམ་པོ་བྱེད་པའི་  
 བཞེད་པ་གཉིས་འདུག་ཀྱང་། རོན་འདྲ་རང་གང་མོས་བསྟོམ། དེའི་སྤྲོད་དུ།  
 རང་བཞིན་སྤྲོ་བ་མེད་པའི་ཡི་གེ་ཨུམ་དཀར་པོ་ཞིག་ལྷ་བ་ལས། མེད་པ་ཡངས་ཤིང་  
 རྒྱ་ཆེ་བ། བདེ་བ་མཚོན་པའི་ནང་དམར་པོ། སྤྲོད་པ་མཚོན་པའི་ཕྱི་དཀར་བ། བདེ་  
 སྤྲོད་དབྱེར་མེད་པའི་བརྟེན་དུ་མ་བྱ་གཅིག་པ། དཔལ་བ་རང་ལ་བསྟན་པ། དེའི་  
 བར་གི་དབུས་སུ་རྩི་མཐིང་ག་ལས་དྲི་ཆུ་སྟོན་པོ། ཤར་དུ་ཨོ་དཀར་པོ་ལས་དྲི་ཆེན་  
 སེར་པོ། བྱང་དུ་ཁྱི་ལྷང་གུ་ལས་གྲང་པ་དཀར་པོ། ལུབ་ཏུ་ཨོ་དམར་པོ་ལས་བྱང་  
 སེམས་དཀར་པོ། ལྟོར་དྲྭ་སེར་པོ་ལས་རྟུ་དམར་པོ་རྣམས་གནས་པ། སྤྲོད་ཡང་  
 དབུས་སུ་བློ་དམར་པོ་ལས་མིའི་ཤ་དམར་པོ། ཤར་ལྟོར་ལྟོ་དཀར་པོ་ལས་བ་སྤྲང་གི་  
 ཤར་པོ། ལྟོ་ལུབ་ཏུ་ལྟོ་སྟོན་པོ་ལས་ཁྲིའི་ཤ་དམར་པོ། ལུབ་བྱང་དུ་བློ་དམར་པོ་  
 ལས་སྤྲང་པོ་ཆེའི་ཤ་དཀར་པོ། བྱང་ཤར་དུ་ལྟོ་ལྷང་གུ་ལས་ཏའི་ཤ་ལྷང་གུ། དེ་ལྷ་  
 བྱའི་རྩེས་དེ་རྣམས་ཀྱང་ཡི་གེ་དེ་རྣམས་ཁྲེན་བསྐྱེད་སྤྲོད་ལུབ་ཀྱིས་མཚན་པ་བསྟེན།  
 དེ་བྱིན་བརྒྱབས་ཚུལ་སྤྱང་རྟོགས་སྤྲོད་གསུམ་ལས།

**དང་པོ། སྤང་བ་ནི།** སྤང་དཀྱིལ་གྱི་གཡས་གཡོན་གྱི་བ་དན་ལ་རང་གི་སྤ་  
 (ནི)སྤང་པོག་པས་ལྷ་བ་ལྷ་བ་བསྐྱེད་པས། ཡི་ལས་སྤང་དག་ཏུ་བསྐྱེད། སྤང་གི་རི་  
 ལས་མེད་མར་རྟར་གྱིས་འབར་བའི་འོད་གྱིས་སྤང་གི་ཐོད་པ་རྩོས། རང་གི་རྒྱས་བརྩ་  
 ས་ཐོན་དང་བཅས་པ་རྣམས་མར་ཁུ་བ་ལྷ་བ་བཀོལ་ཞིང་། མ་དག་པའི་དྲི་མ་ཐམས་  
 ཅད་དག། རྣམ་པར་དག་པ་དམ་ཚིག་གི་བདུད་ཅི་ཁ་དོག་དམར་སེར་འོད་ཟེར་འཕྲོ་བ་  
 གྱུར་བར་བསམ།

**གཉིས་པ། རྟོགས་པ་ནི།** དེའི་རྒྱངས་པ་ལས་གྲུབ་པའི་རྣམ་པ་རྩྱུ་ཡིག་མགོ་  
 ཐུར་བསྟན། རྩྱུ་ཡིག་ཚིག་གིས་མ་བྱེད་ཀྱང་། སྟོམ་འབྱུང་དུ། དེའི་སྤང་དུ་  
 དདུལ་རྩྱུ་འོད་གཅིག་ཅན་གྱི་རྩྱུ་ལས་བྱུང་བའི་ཁ་འྲུ་ག་དཀར་པོ་གསུངས་པས་དམིགས་དགོས།  
 དེ་ལྟར་དང་ཉེ་དུ་ཀའི་ཐུགས་རྒྱུད་དོན་དམ་བུང་རྩྱུ་བ་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཁ་འྲུ་ག་དཀར་པོ་ཅི་  
 མོ་ཐུར་བཞུ། བུང་རྩྱུ་བ་སེམས་ཀྱི་བདུད་ཅི་འོད་རྒྱན་འཛག་པ། དེ་ཉིད་ཀྱང་འོག་གི་  
 རྒྱངས་པས་ལྷ་ནས་ཐོད་པའི་ནང་དུ་ལྷེམ་གྱིས་ལྷང་བས། བདུད་ཅི་དང་དབྱེར་མེད་དུ་  
 འདྲེས་པས། བདུད་ཅི་འོད་རྒྱ་མཚོ་ཁ་དོག་དཀར་པོ། རེག་བྱ་བསིལ་བ། བུང་  
 རྩྱུ་བ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་བར་དམིགས།

**གསུམ་པ། མང་པོ་སྤར་ཞིང་སྤེལ་བ་ནི།** མགོར་ཨོྲོ་དང་། མཐུག་ཏུ་རྩྱུ་  
 རྩྱུ་པར་སྤར་བའི་དབྱངས་གསལ་ཚར་གཅིག་བཟོད་པའི་བདུད་ཅི་འོད་སྤང་དུ། ཨ་ལི་  
 ཀའི་ཁ་དོག་སྤོམ་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར། དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ལས་ཨོྲོ་དཀར་པོ། ལྷུ་དམར་

བོ། རྒྱུ་ཕྱིན་པོ་གསུམ་བརྟེན་པ་ཉེ་གནས་པ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། རྣམ་མཁའི་  
 ལམས་ཐམས་ཅད་ཁྱབ། བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་  
 བྱིན་རྒྱབས་བསྟུས། ཡིག་འབྲུ་གསུམ་ལ་ཐིམ། སྤྱིར་ཡང་འོད་ཟེར་འཕྲོས། ཕྱི་  
 རྒྱུ་མཆོ་ཆེན་པོ་སོགས་ལ་གནས་པའི་རང་བཞིན་གྲུབ་པའི་བདུད་རྩི་རྣམས་ཀྱང་བཀའ་བླ་  
 ཟེར་གྱིས་འགྲོ་བ་རྣམས་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱི་ལྟར་བྱས་ནས་བཀའ་བླ་  
 སྟོན་པར་འཇུག་པ་ཕྱིན་དུ་འགྲོ་བའི་རྗེས་ཆགས་ཀྱིས་ལྷན་ཡི་གོ་གསུམ་ལ་ཐིམ། དེ་  
 གསུམ་ཡང་ཨོྭ་ཨུཾ་ལ་ཐིམ། ཨུཾ་རྒྱུ་ལ་ཐིམ། རྒྱུ་ཡང་དམ་ཆོག་གི་བདུད་རྩི་  
 དང་འབྲས་པས། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩི་དཀར་ཞིང་བལྟལ་བ་ཟག་མེད་ཀྱི་བདེ་བ་བསྐྱེད་  
 ཅུས་པ། མགོན་རྣམས་ཇི་ཅམ་འོངས་སྤྱད་ཀྱང་ཟག་པ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚོར་གྱུར་བར་  
 མོས། ཨོྭ་ཨུཾ་རྒྱུ་གསུམ་བཟོད། ཐམ་འི་ཆེ་མཐོབ་ཕྱིན་སྤྱིར་བས་བདུད་རྩི་རང་  
 གི་ལྟར་མྱོང་། ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདེ་བས་ལུས་གང་བར་བསམ། བདུད་རྩི་  
 དང་གཏོར་མ་བྱིན་རྒྱབས་འདི་བཞིན་བྱེད་པ་ནི། རྒྱུད་ཕྱོམ་འབྱུང་ལེན་སོ་གཉིས་པ་  
 ལས་བྱུང་བ་ལྟར། དེལ་བུ་ཞབས་ཀྱི་སྐྱབ་ཐབས་ཡིད་བཞིན་ལོར་བྱར་ཡང་བཤད་པ་  
 ལྟར་ཡིན་འདུག

**གསུམ་པ། གཏོར་མ་འབྲུལ་བ་ལ་ཡང་།** རྒྱ་གཞུང་རྣམས་སྤྱད་དོས་སུ་མི་  
 གསལ་ཡང་། ལུ་རྟི་པའི་ཡང་འབྲེལ་བྱུང་པར་གསལ་བྱེད་ལས། ཕྱིན་དུ་གཏོར་  
 མ་བུ་བ་གསུངས་པ་ལྟར་ཕྱོགས་སྐྱོང་ལ་འབྲུལ་ཏེ། ཆབ་དང་ནང་མཆོད་བྲན།



བདུད་ཅི་ལྟར་གྲུ་བདུད་ཅི་ལྟར་བྱིན་རྒྱལ་ས། འདོན་ཆར་མ་གསུངས་ཀྱང་། རང་  
ཉི་རུ་ཀའི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་བུར་འཕྲོས། དུར་ཁོད་བརྒྱད་ན་གནས་  
པའི་ཕྱགས་སྒྲིང་གཙོ་བོ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིང་ག་ནས་ལྷགས་ཀྱི་བཏབ། ལྷ་ལྷ་སོགས་མགོན་  
སྡེ་ཚན་བཅུ་གཅིག་པོ་ཚང་བར་རེ་རེ་སྦྱན་བྱངས་པར་བསམ་ལ། བོ་ཞེས་འབར་བའི་  
ཕྱག་རྒྱ་དཔལ་བར་གཡོན་དང་གཡས་སུ་བསྒྲོར་དེ། སྡོམ་འབྱུང་ལས།

མཚུབ་མོ་མདུད་བྱས་གང་མོ་ངེས་པར་སྦྱར།

མཐེ་བོང་རྩི་བརྟན་པར་རབ་ཏུ་སྦྱར།

དེ་ནས་དཔལ་བའི་དབུས་སུ་རབ་བཞག་ནས།

བསྒྲོར་ཞིང་བསྒྲོར་བས་ཀྱན་ཏུ་བསྒྲོར་བར་བྱ།

ཀར་པ་མཉན་ཅིང་སྟེང་དུ་བཟ།

ཞེན་དུ་མོ་གྱི་སྒྲ་སྒྲོགས་ཤིང་།

ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་ཁམས་བཞུགས་པའི།

དཔའ་བོ་རྣལ་འབྱོར་མ་རྣམས་འགྲུགས།

ཞེས་དང་། འབྲེལ་པ་རྣམས་སུ། ཀར་པའི་ཕྱག་རྒྱ་དང་། མིག་གི་ཕྱག་རྒྱ་དང་།

ངག་གི་ཕྱག་རྒྱ་(དང་)། ལག་པའི་ཕྱག་རྒྱ་སྟེ། ཕྱག་རྒྱ་བཞིས་མགོན་འགྲུགས་

པར་བཞད་པ་ལྟར་བྱས་ནས་སྦྱན་བྱངས། ཕྱོགས་མཚམས་བརྒྱད་དུ་བཞུགས་པར་

བསམ་ལ། ཐལ་མོ་ཁ་བྱེ་བའི་རྒྱས་གཏོར་མ་བཏེགས་པར་མོས་ལ། ཕྱོགས་བཞི་

གཡོན་བསྐྱོར་དང་། མཚམས་གཡས་བསྐྱོར་གྱིས་སྒྲགས་དོན་བཞིན་པས་གཏོར་  
མ་འབུལ་ཏེ། ཡོ་ནི། རོ་རྩེ་མོར།

མཚེག་དང་ནོར་སྟེར་དཔལ་དང་གཡང་། །གསུངས་པ་ལྟར། ད་ལམ་གཏོར་  
མཚོད་སྟེར་བ་ལ་འཇུག་ཅུང་ཞིང་། །ཁ་ཁ། ཟོ་ཟོ། །ལུ་རྟི་ལུ་རྟི། གསོལ་ཞིག་  
གསོལ་ཞིག་ སམ། ཐམས་ཅད་དེ་མགོན་ཐམས་ཅད་ལ་གོ་དགོས། ཡལ།  
གནོད་སྦྱིན། རྟལ་ས། སིན་པོ། རྩུ་ཏ། འབྱུང་པོ། བྲེ་ཏ། ཡི་དྲགས།  
མི་ལྷ་རྩ། འ་ཟ། ཡུ་རྩུ་ད། སྦྱོས་བྲེད། ཡ་པ་སྦྱར། བརྟེན་བྲེད། རྒྱུ་  
མཁའ་འགོ། རྒྱུ་མི། མཁའ་འགོ་མ། ཡེ་དྲི། ལ་སོགས་རྣམ་དབྱེ་མཚམས་  
སྦྱོར་གྱི་རུས་པས། རྒྱུ་མི་རྩ་དྲུ་ཡེ་ མཁའ་འགོ་མ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ། ཡི་  
མི་བ་ལོ། གཏོར་མ་འདི། གྲི་རྩུ་རྩུ། བཟུང་དུ་གསོལ། ས་མ་ཡ་རྟལ་རྩུ།  
དམ་ཚིག་སྤུངས་ཤིག་ མ་མ། བདག་ལ། སམ་སི་རྩུ་སྦྱོ། བདག་ལ་དངོས་  
གྲུབ་ཐམས་ཅད། བྲ་ཡ་རྩུ། རབ་རྩུ་སྦྱོལ། ཡ་ཐེ་བོ། རི་ལྟར་འདོད་པ། ཡ་  
ཐེ་བོ། དེ་ལྟར། རྩུ་རྩུ་ཐ། བཟུང་བར་གྱིས། མི་བ་ཐ། བརྟེན་བར་གྱིས།  
རི་རྩུ་ཐ། རྩུས་པར་གྱིས། ལུ་རྟི་ཀ་མ་ཐ། རིམ་པ་ལས་མ་འདས་པར། མ་  
མ་སམ་ཀུ་ཏུ་ཡ། བདག་གི་བྲ་བ་ཐམས་ཅད། སྦྱུ་ལོ། བདེ་བ་དམ་པ། མི་ལྷ་  
ཡེ། རྣམ་པར་དག་པའི། ས་རྩུ་ཡི་ཀ། གཏོར་གྲོགས། རྩུ་ཐ་རྩུ། མཚན་  
དུ་གསོལ། ཞེས་མགོན་གྱི་གསུམ་ནས། ལྷ་དང་སྤྱུ་མ་སྦྱོས་ཀྱང་ཤུགས་ལས་གོ་

དགོས་པ་ལྟར། མགོན་ཚན་རྣམས་ལ་ཚར་གཉིས་སམ་གསུམ་གསུངས་པས་ཀྱང་  
 འབྲུལ་ལ། དེ་ཡང་རང་གི་ཐུགས་ཀ་ནས་ལྷ་མོ་ཕྱག་ན་ཐོད་པ་ཐོགས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་  
 པ་(སྤྱོས་)འཕྲོས་ནས། མགོན་རྣམས་ལ་ཟད་པ་མེད་པར་ཕྱལ་བས། བདེ་སྟོང་  
 ཟག་མེད་གྱི་བདེ་བས་མཉེས་པ་དང་། བདག་ལ་ཡང་ལམ་རིམ་གཉིས་སྒྲོམ་པའི་  
 བར་ཆད་ཞི་བའི་འཕྲིན་ལས་བྱེད་པར་བསམ། འདོད་གསོལ་བོད་ཚིག་ ལྷ་ཡི་  
 ཚོགས་རྣམས་སོགས་ཀྱང་དོན་གཅིག་པ་ཚར་གཅིག་བརྟེན་ལ། གཏོར་མ་གཙང་སར་  
 འབྲུལ། ལྷ་མོ་རྣམས་སྟིང་གར་བསྟུ། མགོན་རྣམས་རང་གནས་སུ་གཤེགས།  
 བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ལས་སྤྱང་བར་བསམ་མོ།

བཞི་པ། མཚོད་རྩལ་བྱིན་བརྒྱབས་པ་ནི། དང་པོ། སྟོང་དང་མཚོད་རྩལ་  
 ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། བྱེད་བར།

གསེར་དངུལ་རྫོད་དང་ཟངས་དང་ཤིང་།

ས་བྱས་ཉ་ཕྱིས་དུང་དང་ནི།

འདབ་མའི་སྟོང་བྱར་ཞབས་བསིལ་དང་།

བསངས་གཏོར་ཞབས་བསིལ་མཚོད་ཡོན་སྟོང་།

ཅེས་ཆུ་བཞི་འདི་ཡང་གོ་རིམ་མི་འདྲ་ཙམ་འབྱུང་ཡང་། འདིར་སྟོང་ཁྱུ་འདི་རྒྱད་ནས།  
 མཚོད་ཡོན་སྟོན་དུ་འགྲོ་བར་གསུངས་པ་ལྟར། མཚོད་ཡོན། ཞལ་བསིལ།  
 བསངས་གཏོར། ཞབས་བསིལ་ཏེ་ཆུ་བཞི་དང་། སྟོང་འབྱུང་ལས།

མེདྲག་བདུག་པ་མར་མེདྲི།

དེ་བཞིན་ཞལ་ཟས་དབུལ་བར་བྲ།

ཞེས་གསུངས་པའི་གོ་རིམ་ལྟར་ལས། མཆོད་ཡོན་གྱི་རྩལ། ནས། འོ་མ།  
མེདྲག་དཀར་པོ། ཀྱུ་ཤ ཏིལ། འབྲས་ཡོས། ཇི་དཀར་པའི་རྩ་བདུན་ཅི་དང་  
བཅས་པ་སྟེ་རྩལ་བདུན་ལྟན། ཞབས་བསིལ་སོགས་ཀྱང་། གཙང་ཞིང་དྲི་བཟང་  
པོས་སྤྲགས་པ། ཉེར་སྟོང་རྣམས་ཀྱང་། བཟང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལྟ་བུ་གངས་སམ།  
རི་ལྟར་འབྱོར་བ་བཤམ་རྩལ་ཡང་། མཛོན་བརྟེན་ལས།

གཡོན་བསྟོར་དུ་ནི་བསྟོར་བ་ཡིས།

མཆོད་པ་དགོད་དང་།

ཞེས་པས། བདག་བསྐྱེད་ལ། རང་གི་མདུན་གཡས་ནས་གཡོན་དུ་བསྟོར་བའི་  
མཆོད་པ་བཤམས། རྟོགས་ཞིང་མཆོད་པ་འམ་མདུན་བསྐྱེད་མཆོད་པ་སོགས། མཆོད་  
ཡུལ་དེ་ལ་གཡོན་བསྟོར་བྱེད་དགོས་པར་མཛོན། ལྷགས་འགར། ཐབས་པ་རྒྱད་  
ལ་མཆོད་མགོ་གཡས་དང་། ཤེས་རབ་མ་རྒྱད་ལ་མཆོད་མགོ་གཡོན་གསུངས་པ་འང་  
མཐོང་བས། འགལ་བ་ཆེར་མེད་པར་འདྲ་ཡང་། རང་ལྷགས་སྤྲ་མའོ། །དེ་ནས་  
བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་རྩལ་ཡང་། ལྷ་བསྟོ་ལྟན་གྱིས།

བི་ལུ་མ་ར་ཤུས་ལེགས་བསང་།

བགོགས་ཀུན་རྣམ་པར་སེལ་བར་བྱེད།

ཅེས་གསུངས་པས། ནང་མཆོད་གཏོར་དེ། ཡོ་ཁན་རོ་དེ་རྒྱ་ལྟ་། ཅེས་  
བདུད་ཅིན་རྩལ་ཐུ་རབ་ཇི་སྟེད་པའི་གངས་ཀྱི། དུམ་སྐྱེས་མའི་ཚོགས་ཀྱིས་བགགས་  
ཐམས་ཅད་བསྐྱད་པར་བསམ།

**སྟོང་བཞི།** སྤྱ་ཐུ་མའི་སྤགས་དོན་སྤར་ལྟར་ལ། རང་བཞིན་གྱིས་དག་པ་ལ་  
ཐ་མལ་འཛིན་སྤང་གི་ཆོས་ཐམས་ཅད་འོད་གསལ་དུ་བསྐྱུ་བའི་དོན་དཔར་བྲ།  
བསང་སྤང་གི་སྤགས་གཉིས་ཀྱི་དོན་རྣམས་པ་ཀུན་རྩ་དཔར་བྲ་བ་འདི་ཁོ་ནའོ། །སྟོང་  
པའི་རང་ལས་ཀླུ་ལས་བྱུང་བའི་ཐོད་པའི་སྟོད་སོ་སོར། མཆོད་ཇུས་རྣམས་རྒྱུ་ལས་  
བྱུང་བའི་རང་བཞིན་སྟོང་པ། རོ་བོ་མཆོད་ཇུས་སོ་སོར། བྱེད་ལས་ལྟ་རྣམས་ཀྱི་  
དབང་པོ་དུག་གི་སྟོད་ཡུལ་དུ་ཟག་མེད་ཀྱི་བདེ་བ་བསྐྱེད་རུས་པར་བསམ་སྟེ། བརྟག་  
གཉིས་ལས།

སྤྱ་ཚོགས་རྒྱུ་ལས་ཇོགས་པ་ཡི།

མེ་ཏོག་ལ་སོགས་འབུལ་བར་བྲ།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། ཡོ་བཟླ་ཨ་རྒྱུ་ཀླུ་རྒྱུ། ཞེས་སྤགས་དོན། རོ་རྩེན་  
མཆོད་ཡོན་དུ་སྤྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། ཞེས་ཐམས་ཅད་ལ་པད་བསྐྱོར་  
སྟོན་དུ་འགྲོ་བས། རོར་ཐལ་ཁ་ཕྱེ་བ་མཆོད་ཡོན་གྱི་རྒྱ་དང་། དེ་བཞིན། ཨ་རྒྱ་  
མ་ནི། ཞལ་བསིལ། གཡོན་དུང་ཞལ་གྱི་རྒྱ་དང་། གཡས་ཁྲུར་མཐེབ་མཚུབ་  
སྤར་བ་ཁ་སྤྱག་ནས། མཐེད་རྒྱུང་ནས་རིམ་བཞིན་བཀོལ། རོ་གྲྭ་ཆི། བསང་

གཏོར། ལུག་ཀྱི་གཡོན་སྒར་ལྟར། གཡས་ཀྱི་ཀླུ་ཤས་ཀྱི་འཕྲོ་བའི་ཚུལ་དང་།  
 སྤྱི། ཞབས་བསིལ། གཡོན་སྒར་ལྟར། གཡས་མཐེབ་མཛུབ་ཀྱི་པ་ལྟ་བུའི་  
 མེ་ཏོག་སྒྲངས་པའི་ཀྱ། བྱ་ཚུར་ཁ་ཁྱེན་དུ་ཕྱོགས་པས། མཛུབ་མོན་ནས་རིམ་བཞིན་  
 བཀོལ་བའི་ཀྱ། སྤྱེ། མེ་ཏོག་ལག་གཉིས་བྱ་ཚུར་མེ་ཏོག་འཕྲོ་བའི་ཀྱ། རྩ་  
 བེ། བདུག་སྒྲོམ། ལག་གཉིས་སྒྲོམ་བདུག་པའི་ཚུལ་བྱ་ཚུར་ཁ་ཁྱེན་ཏུ་བལྟ་བུ།  
 ལྷ་ལོ་ཀེ། སྒྲུང་གསལ། ལག་གཉིས་མཐེབ་བོང་མར་མེ། བྱ་ཚུར་ཀོང་བུའི་ཚུལ་  
 གཞུ། དྲི་ཆབ། ལག་གཉིས་ཐལ་མོ་བུག་པ་བྱེད་པའི་ཚུལ། བློ་མེད། ཞལ་  
 ཟས། ལག་གཉིས་རྩོམ་ཐལ་ཞལ་ཟས་འདེག་པའི་ཀྱ། ཤུ། རོལ་མོ། རྩ་  
 དྲིལ་སོགས་འོས་པ་བཀོལ་བས་བྱིན་རྒྱབས། མཚོན་པ་ཐམས་ཅད་རྩོམ་གསུམ་གྱི་  
 རང་བཞིན་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་ཚུལ་ལོ།

**ལྷ་པ། སྒྲུབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་ནི།** སྒྲུབས་ཡུལ་སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་བྱང་  
 སེམས་སོགས་མཛུན་གྱི་ནམ་མཁའ་བརྒྱུགས་པར་བསམ་ལ། བདག་དུས་དེད་ནས་བརྒྱུད་ལྟེ་  
 སོགས་ཚར་གསུམ་དང་། རྩོམ་ཁའ་འགྲོའི་རྒྱུད་ལས་གསུངས་པའི་སྒྲུབས་འགྲོ་

སངས་རྒྱས་ཚོས་དང་དགེ་འདུན་ལ།

སོགས་ཚོགས་ཀྱི་དུག་དང་། མཛོན་བརྩོད་ལས་གསུངས་པའི་སེམས་བསྐྱེད།

སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར།

སོགས་ཤོ་ལོ་ཀྱི་སྒྲེལ་མ་ལན་གསུམ་ཅམ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བས།

དངོས་གཞི་རྣམ་འབྱོར་རྣམ་པ་གསུམ། དེ་ལ་འང་དེ་ནི་ཡན་ལག་དང་། དངོས་  
 གཞི། དང་པོ་ལ་འང་། རྣམ་འབྱོར་གྱི་ཡན་ལག་སྟོ་གསུམ་དག་པར་བྱས་ནས།  
 ཚད་མེད་བཞི་བསྟོམས་པ། ཡུང་ལམས་སྟེ་མཆེད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ། འགལ་  
 རྟེན་འགོག་ཕྱིར་སྤང་འཁོར་བསྟོམས་པ། མཐུན་རྟེན་བརྟན་ཕྱིར་ཚོགས་བསལ་གས་  
 པའོ་ཅེས་པའི། དང་པོ་སྟོ་གསུམ་ལས།

ཡིད་དག་པའི་ཕྱིར། ཀུན་སྦྱོང་ལས་གསུངས་པའི།

ཕྱི་ནི་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཏེ།

ཉི་ནི་རྒྱ་ལོགས་སྟོང་པ་ཉིད།

རུ་ནི་ཚོགས་དང་བྲལ་བ་སྟེ།

ཀ་ནི་གང་དུ་འང་མི་གནས་པའོ།

ཞེས་ཡི་གེ་བཞི་ཡི་དོན་སྒྲུབས་ཐབས་ཀྱི་མགོར་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་འདི། མཁའ་འགྲོ་རྒྱ་  
 མཚོ་ལས་ཀྱང་གསུངས་པས་ལེགས། འདི་ཡི་དོན་མདོར་བསྟུན། ཉེས། ཚོས་  
 ཐམས་ཅད་གཤོད་ནས་བདག་མེད་པ་དང་། རུས། གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་བརྩེད་བ་  
 མེད་པ་སྟེ། ཡུལ་བདག་མེད་གཉིས། ཀས། ཡུལ་ཅན་གྱི་ཡེ་ཤེས་གང་ལ་འང་  
 མི་གནས་པ། སྟེས། ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཚོས་དང་གང་ཟག་སོགས་དབྱེར་མི་བྱེད་  
 པ་སྟོན་པ་སྟེ། དོན་ཚོས་དང་ཚོས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྟོང་པའི་རང་མདངས་ངོ་ཤེས་པའི་  
 ངང་ལ་ཡུན་རིང་བཞག་པས། ཡིད་དག་པར་བྱས་ནས།

**ལུས་དག་པར་བྱེད་པ་ནི།** སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་པ་དང་བདེ་བའི་རྒྱུར།  
 དཔལ་ཉེ་རུ་ཀ་ངའོ་སྒྲིམ་དུ་ལྷག་པར་མོས་ཏེ། སྤྱི་ཉེ་རུ་ཀོ་ཉེ་རྩི་ཞེས་ཡི་གེ་  
 བཞིའི་མཐར་ཨ་རྩི་སྦྱར་བས། དཔལ་ཁྲག་འཐུང་ངའོ་ཞེས་པ་སྟེ། སྦྱར་སྟོང་པར་  
 ཟླགས་པའི་སེམས་ཡི་གེ་བཞིའི་དོན་ལ་གནས་པ་དེ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་བདག་  
 ཉིད་བཅོམ་ལྡན་འདས་སྐྱེ་མཛད་མཐིང་ག། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཡུམ་དང་  
 བཅས་པ་རྒྱན་དང་ཕྱག་མཚན་ཆོག་གས་པ་སྐྱད་ཅིག་གིས་གསལ་བར་བསྒྲོམ་པས། ལུས་  
 དག་པར་བྱས་ནས།

**ངག་དག་པར་བྱེད་ཚུལ།** ཨོྭ་ཨ་ཨྱ་ལོགས། རང་གི་ངག་ནས་དབྱངས་  
 གསལ་ཚར་གསུམ་བཞེད་པའི། དང་པོའི་ཚོ། རང་གི་ལྟེ་བའི་ཕྱོགས་སུ་དབྱངས་  
 གསལ་གྱི་འཕྲེང་བ་དཀར་པོ། གཉིས་པའི་ཚོ། དེའི་ནང་དུ་དམར་པོ། གསུམ་  
 པའི་ཚོ། དེའི་ནང་དུ་སྟོན་པོ། གསུམ་ག་གཡོན་བསྐྱོར་འོད་ཟེར་ལྡེ་འཕྲོ་བ་ལས།  
 སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་གྱི་འཁོར་ལའི་ལྟ་རྣམས་སྒྲོས། རང་གི་སྒྲ་བྲུག་གཡས་པ་ནས་ཐོན།  
 ས་འོག་ས་སྟེང་ས་སྒྲ་སྟེ་སྤྱིད་པ་གསུམ་གྱི་བགེགས་ཐམས་ཅད་བསྐྱད། སྦྱར་རྩྱུར་  
 ཟོན་རང་གི་སྒྲ་བྲུག་གཡོན་ནས་ཟླགས། ལྟེ་བའི་སྒྲ་གས་ཕྲེང་སོ་སོར་ཐིམས་  
 པར་བསམ་ལ། སྦྱ་བཞེད་ཐམས་ཅད་ཨ་ཡི་ཀ་ལའི་རང་བཞིན་དུ་མོས་པར་བྱ། དེ་  
 ལྟར་ལུས་དག་པ་ནི། སྒྲོམ་འཐུང་ལས་བཤད། རག་དང་། ཡིད་དག་པ་ནི།  
 ཀུན་སྒྲིད་ལས་བཤད། སྒྲོགས་པུམ་དག་པར་བྱས་ནས།



ཚད་མེད་བཞི་བསྐྱེད་པ་ནི། སྟོན་འབྲུང་ལས་འབྲུང་བའི།

གཞན་ཕན་བསམ་པ་བྱམས་པ་སྟེ།

སོགས་བཟོད་ཅིང་དེའི་དོན་རྒྱས་པ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་  
དགོ་བ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག་སྟམ་པའི་བྱམས་པ་དང་། སྤྱག་བསམ་དང་སྤྱག་  
བསམ་གྱི་རྒྱ་སྤྱིག་པ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག་སྟམ་པའི་སྟིང་ཇེ་དང་། སྤྱག་བསམ་ལ་རྒྱ་  
བཅས་དང་བྲལ་བའི་བདེ་བ་དམ་པ་དང་ལྡན་ན་སྦྱིད་པ་ལ་བསམ་པའི་དགའ་བ་དང་། དེ་  
ཡང་། རང་གི་མཛོལ་བཤེས་ཏེ་འབྲེལ་སོགས་ཁོ་ན་ལ་ཆགས་པའི་བདེ་བ་དང་། རྒྱས་  
མེད་དང་འཁོན་འཛིན་ཅན་སོགས་ལ་སྤང་བ་གཅིག་ཡོང་བ་ཤོག་བསམ་པའི་ཉེ་རིང་ཅན་  
མ་ཡིན་པར། རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བཏང་སྟོམས་སུ་བསྐྱེད་པས་  
ཚད་མེད་བཞི་འཇམ། ཚངས་པའི་གནས་བཞི་ཞེས་པ་ཡུན་རིང་དུ་བསྐྱོམ། དེའི་  
དགོས་པ་ཡང་། ལཱ་བ་པས། བྱང་རྒྱབ་སེམས་བསྐྱེད་གྱུར་ན་དགོ་བའི་རྩ་བ་  
ཐམས་ཅད་འཕེལ་ལོ། ཞེས་གསུངས་པས་སྟོན་སེམས་གྱི་རྩ་བ་ཡིན་འདུག རྣལ་  
འབྱོར་བསྐྱུང་བའང་ཡིན་ནོ།

རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཡན་ལག་གཉིས་པ་ཕུང་སོགས་བྱིན་བརྒྱབས་པ་ལ། ཕུང་པོ་དང་།

སྟེ་མཆེད་དང་། ཁམས་གསུམ་ལས།

དང་པོ། ཕུང་པོ་ལྔ་ནི། གཟུགས་ཕུང་གི་གནས་གྱི་གཙོ་བོ་མགོ་བོའི་དབུས་

སུ་བཤད་པས། བྱང་སེམས་གྱི་གནས་དཔྲལ་བའི་ཐིག་ལའི་ཐད་དུ། ཡི་གེ་ཐྱོ་

དཀར་པོ་ཞིག་འོད་དུ་ཐུབ་ལས་ཕྱང་བའི་རྣམ་པར་སྤང་མཛད་དཀར་པོ། ཕུག་གཡས་  
 འཁོར་ལོ་སྐྱེས་ཆོག་ཟིན་ལྟར་གཟུགས་ཕྱང་དང་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་བསྒྲོམ། དེ་བཞིན་  
 ཆོར་བའི་ཕུང་པོ་དྲོད་ལ་བརྟེན་པས། དེའི་གནས་ལྟེ་བར་ཨོ་ཡིག་སེར་པོ་ལས། རྩ་  
 རྩ་ཉི་མ་སེར་པོ་གཡས་རིན་པོ་ཆེ་དང་། འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཕུང་པོའི་གནས་རྣམ་ཤེས་དུག་  
 ཡུལ་ལ་གཡོ་བའི་ལས། མགོན་པ་རྩི་ ཡིག་དམར་པོ་ལས། པདྨ་གར་དབང་  
 དམར་པོ་གཡས་པདྨ། འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཕུང་པོའི་རྩ་ཉོན་དུག་དང་ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུ་སྐྱེས་སེམས་  
 ཕྱུང་གི་རྟེན་རྒྱུད་ཡིན་པའི་གནས་རྒྱུད་པ་གཉིས་ཀྱི་ལོང་བུའི་འོག་ཏུ་ཉེ་ ལྷང་གུལས། རྩ་  
 རྩ་རྒྱལ་པོ་ལྷང་གུ་གཡས་སྤྲོ་ཆོགས་རྩི་རྩི་གདེངས་ཤིང་། འདི་གསུམ་གྱི་གཡོན་རོལ་  
 བ་དང་བཅས་པས་དྲིལ་བུ་ཐུགས་ཀར་འཛིན་པ། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཕུང་པོའི་རྟེན།  
 སྟོག་འཛིན་གྱི་རྒྱུད་གི་གནས་སྤྱིང་གར་རྩི་དཀར་པོ་ལས། རྩི་རྩི་སེམས་དཔལ་དཀར་  
 པོ་གཡས་རྩི་རྩི། གཡོན་དྲིལ་བུ་དཀར་བརྟེན་པ། ཕུང་པོ་ལྷ་སྤྱི་ཡི་གནས་སྤྱི་  
 གཞུག་ཏུ་ཉི་ནག་པོ་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉེ་རྩ་ག་  
 ནག་པོ་གཡས་ས་གནོན་གྱིས་རྩི་རྩི་དང་། གཡོན་དྲིལ་བུ་དཀར་བརྟེན་པ་སྟེ། འདི་  
 བློ། རྩི་རྩི་འཆང་གི་ངོ་བོ་རྣམ་པ་ཉེ་རྩ་གའམ་མི་བསྒྲོད་པར་བསྟན་པས་སོ། །འདི་  
 ལྷ་དུག་པོ་ཐམས་ཅན་ཞལ་གཅིག་ ཕུག་གཉིས། སྤྲོན་གསུམ། རལ་པའི་ཅོད་  
 པམ། ཕུག་རྒྱ་ལྷས་བརྒྱན་པ། ཞལ་མདུན་དུ་བཞུགས། གཡས་བརྒྱུད་གིས་  
 བད་ཉིར་བཞུགས་པར་བསམ། འདི་རྣམས་རིགས་ལྷ་དང་དུག་པོ་རྩི་འཆང་དུགས་ལ་ལོ།

གཉིས་པ། སྒྲིམ་ཆེད་དུ་གནི། མིག་གཉིས་སུ་ཨོྲ་དཀར་པོ་ལས། གཉི་  
 ལུག་ཟད་པར་བྱེད་པའི་དོན་དེ་དཀར་པོ་སོགས་ཆོག་ཟིན་ལྟར་དང་། རྣ་བའི་བྲག་པ་གཉིས་  
 ལུ་རྩྱུྃ་ནག་པོ་ལས། ཞེ་སྤང་ཟད་པར་བྱེད་པའི་དོན་དེ་ནག་པོ་དང་། ལྷ་ཡི་བྲག་པ་  
 གཉིས་སུ་རྩྱུྃ་མེར་པོ་ལས། སྤག་དོག་ཟད་པར་བྱེད་པའི་དོན་དེ་མེར་པོ་དང་། ལྷའི་  
 རྩ་བར་ཨོྲ་དཀར་པོ་ལས། འདོད་ཆགས་ཟད་པར་བྱེད་པའི་དོན་དེ་དཀར་པོ། དཔལ་  
 བར་ཁྱིལ་ལས། མེར་སྤྲ་ཟད་པར་བྱེད་པའི་དོན་དེ་ལྷང་གྲུ། འདི་ནི། ཨ་མྱི་  
 རྩ་ན་སོགས་ལས་གསུངས་(པ)སྟེ། དཔྱིད་ཐིག་སོགས་ལས་ཀྱང་།

སྤྲ་ལ་སྤག་དོག་དོན་དེ་དང་།

དཔལ་བར་མེར་སྤྲ་དོན་དེ་གསུངས་།

རྒྱུད་གཞན་དུ་གོ་ལྟོག་པ་ཡང་ཡོད། དེ་མིང་ཙམ་མ་གཏོགས་གཅིག་པ་ཡིན། སྤྱིང་  
 གར་དོར་སེམས་ཀྱི་རྒྱབ་ཏུ་ཉི་དཀར་པོ་ལས། དབང་ཕྱག་དོན་དེ་དཀར་པོ། དེ་  
 ཐམས་ཅད་ཞལ་གཅིག་ ཕྱག་གཉིས། རང་རང་གི་ཕྱག་མཆོན་རྣམས་(བསྐྱམས།)  
 གཡས་དང་གཡོན་འོག་བྱ་ཕྱགས་ཀ་དང་། སྒྲིམ་སྤྲ་ཆོག་ཟིན་ལྟར་(འཛིན་བསྐྱོམ་  
 པ། སྤྲ་གསུམ། ཕྱག་རྒྱ་ལུས་བརྒྱན་པ། རལ་པའི་ཅོད་པར་ཅན། གཡས་  
 བརྒྱུད་གི་བཞུགས་པ་བསྐྱོམ། མིག་ལ་སོགས་པ་གནས་ཀྱི་སྒྲོན་ནས་གཉིས་རེ་ཡོད་  
 ཀྱང་། རོ་བོའི་སྒྲོན་ནས་རེ་ཡིན་པས་སྒྲོན་མེད་པར་གསུངས། འདི་དུག་གི་ས་  
 བོན་རྣམས་མཛོན་བཞེད་ཀྱི་སྤྱད་འཁོར་སྐབས་སུ་གསུངས་པ་ལས། གཞུང་དང་འབྲེལ་

བར་མི་གསལ་བར་འདུག རྒྱུད་གཞན་དུ། ས་སྤྱིང་དང་། ཕུག་རྡོར། བམ་  
 སྤྱིང་། འཛིག་རྟེན་དབང་ཕུག་ སྤྱིབ་སེལ། ཀུན་བཟང་རྣམས་ཡིན་པར་བཤད།  
 གསུམ་པ། ཁམས་ལྷ་མི། རང་གི་ལྷ་བར་རྩྭ་རྩྭ་མའི་མཛུན་དུ། ས་  
 དཀྱིལ་གསེར་པོ་གྲུ་བཞི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱོད་དུ། ལྷ་སེར་པོ་ལས་ལྷུང་བྱེད་མ་སེར་མོ། ཞལ་  
 གཅིག་ ཕུག་བཞི་མ་གཡས་དང་པོའི་འཁོར་ལོ་འཛིན་པ། ཞལ་རྩྭ་རྩྭ་མ་ལ་  
 རྩྱགས་པ། སྤྱིང་གར་རྡོར་སེམས་ཀྱི་མཛུན་དུ། རྒྱུད་ཀྱིལ་རྒྱུ་པོ་དཀར་པོ་ལ་ལྷ་  
 བཀའ་པོ་ལས། གསོད་བྱེད་མ་ནག་མོ་གཡས་དང་པོས་རྩྭ་རྩྭ་མ་ལ་  
 སེམས་ལ་རྩྱགས་པ། མགོན་པར་པར་གར་དབང་གི་མཛུན་དུ། མེད་ཀྱིལ་གྲུ་  
 གསུམ་གྱི་སྤྱོད་དུ་ལྷ་ལས། འགྲུགས་བྱེད་མ་དམར་མོ་གཡས་དང་པོས་པར་འཛིན་  
 པ། ཞལ་གར་དབང་ལ་རྩྱགས་པ། དཔལ་བར་རྣམ་སྤྱང་གི་མཛུན་དུ། རྒྱུང་  
 དཀྱིལ་རྒྱ་གམ་ལྷུང་གྲུ་ལ་(མ)ཏྲླ་ལས། གར་དབང་ལྷུང་མོ་གཡས་དང་པོ་རལ་གྱི་  
 འཛིན་པ། ཞལ་རྣམ་སྤྱང་ལ་རྩྱགས་པ། བཞི་ཀའི་གཡས་གཉིས་པས་གྱི་གྲུག་  
 གཡོན་གཉིས་ཀྱིས་ཐོད་པ་དང་ལྷོ་གའཛིན་པ། གསང་གནས་སུ་ཆོས་འབྱུང་གྲུ་  
 གསུམ་མཐིང་ནག་གི་དཀྱིལ་དུ་ཁྱེད་ལས། པར་བྱ་བ་ཅན་ཞལ་གསུམ་ཕུག་དུག་ཆིག་  
 ཟེན་ལྟར་བསྟོམ། ལྷ་ཀ་གཅེར་བུ་སྤྱོད་པ། སྤྱིན་གསུམ། ཕུག་རྒྱ་ལྷས་སྤྱིས་  
 པ། གཡས་བརྒྱུད་བའི་སྤྱབས་ཀྱིས་བཞུགས་པ་སྟེ། འདི་ལྷ་ཡང་སྤྱིན་པོ་ལས་བཞི་  
 དང་། ཆོས་དབྱིངས་རྩྭ་རྩྭ་མ་ཡིན་པར་བཤད། དེ་ལྟར་ཕུང་པོ་དང་། སྤྱི་མཆེད་

དང་། ཁམས་གི་ལྷ་དེ་རྣམས་རང་གི་ཕུང་པོ་དང་། ཁམས་དང་། སྐྱེ་མཆེད་དེ་  
 རྣམས་དང་རོ་བོ་དབྱེར་མེད་ཅུ་བསྐྱེལ་དགོས་ཏེ། ཀུན་སྦྱོང་ལས། དེ་ལྟར་ཕུང་པོ་  
 དང་། སྐྱེ་མཆེད་དང་། ཁམས་རྣམས་ལྷ་འི་ད་རྒྱལ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པས། ལྷ་བཙུ་བདུན་པོ་བཀོད་པ་ཙམ་མིན་པ། ལྷ་དེ་དང་དེའོ་སྦྱུང་དུ་  
 རྒྱལ་བརྟན་པར་བྱ་བ་ལ། ཨོྭ་པ་གྲི་ཏ་སོགས་གི་སྤྲུགས་འདི་ནི། མངོན་བརྗོད་དང་།  
 ཕག་མོ་མངོན་འབྱུང་ལས་འབྱུང་སྟེ། སྤྲུགས་དོན། ཨོྭ་ནི། སྤྲུགས་གི་མགོ་  
 འདྲིན། པ་གྲི་ཏ། རང་བཞིན། པ་རི་ཤུལ་རྩེ་ ཡོངས་སུ་དག་པ། སར་  
 ཉེ་རྩེ་ ཆོས་ཐམས་ཅད། པ་གྲི་ཏ། རང་བཞིན། པ་རི་ཤུལ་རྩེ་ ཡོངས་  
 སུ་དག་པ། ཨོྭ་ཏོ། རའོ་སྟེ། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོངས་སུ་དག་པའི་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད། རང་བཞིན་ཡོངས་སུ་དག་པ་ངའོ། །ཞེས་པད་ཀོར་འབྱུང་རྒྱལ་བྱའོ། །འདི་  
 སྐབས་རང་ཉེ་ཅུ་ཀ་ཕྱག་གཉིས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། སྦྱོམ་འབྱུང་ལས།

ཕྱག་གཉིས་ཉེ་ཅུ་ཀ་སྦྱོར་ལྷན།

ཕུང་པོ་ལ་སོགས་ད་རྒྱལ་བྱ།

ཞེས་གསུངས། བདག་བསྐྱུང་བའང་ཡིན་པར་བཤད།

རྣམ་འབྱོར་གི་ཡན་ལག་གསུམ་པ། སྦྱུང་འཁོར་བསྐྱེལ་པ་ལ། ཅུ་བཤད་གི་  
 ཅུད་ལས་ཇི་སྐད་འབྱུང་བ་བཞིན། དེ་ཇི་ར་གུར་སོགས་སུ་མངོང་བ་དང་། ཕུར་  
 ཀད་བ། སུ་མངོང་མ་ཡིན་པའི་ཁོ་བཙུ་བསྐྱེལ་པ་སོགས་སུ་འཁོར་རྒྱས་པ་གསུངས་

མོད། འདིར་ཁྱོད་བཅུ་བསྟོམ་པ་སོགས་མ་བཤད་པའི་འཕྲིང་པོ་འདི་གསུངས་ཏེ།

ར་བས་བསྐྱེད་བ་དང་། བགེགས་ལ་ཕུར་བུ་གདབ་པ། གཉིས་ལས། དང་  
པོ། རང་ཉེ་རུ་ཀའི་ལུས་ལ་ཕུར་ཁམས་སྒྲིམ་ཆེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་བཟུལ་གནས་པ་དང་  
བཅས་པའི་ར་རྒྱལ་གྱིས་ལག་པ་གཡོན་པའི་མཐེབ་མཛུབ་གྱིས་ཤར་དུ་སེ་གོལ་གཏོག་  
ཅིང་། ཞོ་སྒྲུབ་ནི་སྒྲུབ་ནི་རྒྱུ་ཡིན་པ། ཅེས་བརྗོད་པས་ཤར་ཕྱོགས་སུ་སྒྲགས་དེ་  
ཉིད་ཁ་དོག་ནག་པོ། གཟུགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ། ཡི་གེ་དབུ་ཅན་གྱི་རྣམ་པ་  
གྲུབ་བསྐྱེད་ས་འཕྲེང་འཕྲིགས་ཀྱི་རྒྱལ་དུ། གཡོན་བསྐྱོར་དུ་གནས་པ་ཞིག་བསམ།  
དེ་བཞིན་བྱེད་དུ་སེ་གོལ་གཏོག་ཅིང་། ཞོ་གྲིལ་གྲིལ་རྒྱུ་ཡིན་པ། བྱེད་དུ་སྒྲགས་  
ལྡང་གྲུ་དང་། ཞོ་གྲིལ་པ་ཡ་གྲིལ་པ་ཡ་རྒྱུ་ཡིན་པ། ལུབ་ཏུ་སྒྲགས་དམར་པོ།  
ཞོ་ལྷུང་ན་ལ་རྟོེ་རྩ་ག་སྒྲུབ་བརྗོད་རྒྱུ་ཡིན་པ། ལྷོར་སྒྲགས་སེར་པོའི་མདོག་ཅན་ཏེ།  
སྒྲགས་རྣམས་གཟུགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ། ལྷོར་ཆངས་པའི་འཕྲིག་རྟེན་ནས་འོག་གསེར་  
གྱི་ས་གཞི་ལ་ཐུག་གི་བར་བྲབ་པ། འོད་ཟེར་རང་རང་གི་མདོག་སྟོས། དག་  
བགེགས་ཐམས་ཅད་ཆར་བཅད་འོད་ཟེར་རྩྱུར་འདུས་པ་སྒྲགས་རྣམས་ལ་ཐིམ་པས། རྩོ་  
རྩེའི་ར་བ་བྱུ་བཞི་པ། ཤར་ཕྱོགས་སུ་རྩོ་རྩེ་ཆེ་ལྟ་བུ་སྟོན་པོ། བྱེད་དུ་རྩོ་རྩེ་ཆེ་ལྟ་བུ་  
ལྡང་གྲུ། ལུབ་ཏུ་དམར་པོ། ལྷོར་སེར་པོ། ཕྱིག་ཐབས་སུ་གནས་པ། རྒྱ་ཤིན་  
ཏུ་ཆེ་ཞིང་། དཔངས་མཐོ་བ་ཆངས་པའི་འཕྲིག་རྟེན་ནས་གསེར་གྱི་ས་གཞི་ལ་ཐུག་པ།  
དེ་དང་མཉམ་དུ། འོག་ཏུ་རྒྱུ་ལས་བྱེད་པའི་སྒྲུ་ཆོགས་རྩོ་རྩེ་ཆེ་ལྟ་བུ་བྱུ་བཞི་སྟོ་བ། རྩོ་

31

གཞི། བཙུག་ལ། རྫོའི་རང་བཞིན། བཙུག་རྩུ་རྩུ། རྫོའི་འཁོར། ཡོ་  
 བཙུག་རྩུ་རྩུ་ལྟོ། རྫོའི་རབ། ཡོ་བཙུག་རྩུ་རྩུ་ལྟོ། རྫོའི་གུར།  
 ཡོ་བཙུག་རྩུ་རྩུ་ལྟོ། རྫོའི་སྒྲུབ། ཡོ་བཙུག་རྩུ་རྩུ་ལྟོ། རྫོའི་  
 མདའི་བྱ། དེ་རྣམས་བྱིན་རྒྱལ་པའི་སྤྲུག་དང་། རྩུ་ལྟོ་སྤྲུག་མིང་ཡིག་  
 དང་པོ་ཐིག་ལེས་བརྒྱན་པ་ཡིན་ཅིང་། བྱ་རྩུ་དང་། བརྒྱན་པའི་དང་པོ་པ་དང་།  
 ཁམས་ནི། རྣམ་མཁའི་སྐད་དོད། འཕྲུལ་ལ། འཕྲུལ་སྤྲུག་གཅིག་པས་ས་  
 རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་ལས་བསྐྱེད་ཅིང་དེར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ་པའི་དོན་ནོ། །ཡོ་བཙུག་  
 རྩུ་ལ། འབར་བ། ཡུ་ན་ལ། མེ། ཡུ་རྩུ། རྩུ་ལྟོ་མེ་མེ་མེ་མེ་མེ་མེ་མེ་མེ་  
 འབར་བ། རྩུ་རྩུ་ལྟོ། མེ་མེ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ་པའོ། །སྤྲུག་ཚན་དུག་པོ་མཛོན་  
 བཙུག་ལས་འབྱུང་བས། གནས་བསྐྱེད་བར་བཞེད།

གཉིས་པ། བགེགས་ལ་ཕུར་བ་གདབ་པ་ལ་ཡང་གཉིས་ལས། དང་པོ།  
 བློ་མོ་བསྐྱེད་ནས་བགེགས་འགྲུགས་པ་དང་། བུ་གུག་པའི་བགེགས་ལ་ཕུར་བ་  
 གདབ་པ་གསུངས་པས།

དང་པོ། བློ་མོ་བསྐྱེད་པ་ནི། ཡོ་སྤྲུག་སྤྲུག་སྤྲུག་ཚན་རེ་རེ་སྤྲུགས་  
 གཡོན་བསྐྱེད་དུ་སེ་གོལ་གཏོག་ཅིང་། རྫོའི་རབ་དང་། མེ་མེ་མེ་མེ་མེ་མེ་མེ་མེ་  
 མོ་རྣམས་བསྐྱེད་དགོས་པ། རྫོའི་འབྲུལ་པ་ལས་བཤད། སྤྲུག་དེ་ལས་  
 གྲུབ་པའི་ཁྱ་གདོང་མ་ནག་མོ་འཕྲུལ་དང་སྤྲུག་གཉིས། འཕྲུག་གདོང་མ་ལྡང་གྲུ་བྱུང་།



དང་། ཁྱི་གཤོང་མ་དམར་མོ་རུབ་དང་འོག་ཏུ་གཉིས། ཕག་གཤོང་མ་སེར་མོ་ལྟོར་  
 བསྒྲིམ། སྤར་ཨོ་སུ་སྤྱུ་སོགས་སྤྲགས་ཚན་དང་པོ་སྤྲོན་པོ་དང་། ཨོ་ཡུ་ན་ཡ་  
 རྟོ་སོགས་བཞི་པ་སེར་པོ་ཤར་ལྟོར་བཞེད། སེ་གོལ་གཉིས་གཏོག་ ཤར་ལྟོར་  
 གཤིན་ཆེ་བརྟན་མ་གཤམས་སྟོ། གཤམ་སེར་བ། དེ་བཞིན་ཨོ་ཡུ་ན་ཡ་རྟོ་སོགས་  
 སེར་པོ་དང་། ཨོ་གྲི་རྩུ་པ་ཡ་སོགས་དམར་པོ་སྤྲགས་ཚན་བཞི་པ་དང་གསུམ་པ་  
 བཞེད་སེ་གོལ་གཉིས་བཅས། ལྟོ་རུབ་ཏུ་གཤིན་ཆེ་མོ་ཉ་མོ་གཤམས་སེར། གཤམ་  
 དམར་བ། ཨོ་གྲི་རྩུ་པ་ཡ་སོགས་དམར་པོ་དང་། ཨོ་གྲི་རྩུ་སོགས་ལྷང་གུ་གཉིས་  
 བཞེད་པས། རུབ་བྱང་དུ་གཤིན་ཆེ་མཆེ་བ་མ་གཤམས་དམར། གཤམ་ལྷང་། ཨོ་  
 གྲི་རྩུ་སོགས་ལྷང་གུ་དང་། ཨོ་སུ་སྤྱུ་ནི་སོགས་སྤྲོན་པོ་ལས། བྱང་ཤར་དུ་གཤིན་ཆེ་  
 འཛེམ་མ་གཤམས་ལྷང་། གཤམ་སྟོ་བ། བརྒྱད་ཀ་སྤྲགས་བཞེད་པ་དང་གཟུགས་  
 རྩོགས་པ་མཉམ་དུ། སྤྲགས་གཤམ་བསྒྲོར་དང་མཚམས་གཤམས་བསྒྲོར་དུ། ཞལ་  
 གཅིག་ སྤྲག་གཉིས། ལྟེ་བ་མན་ཆད་རྩོམ་ཆེ་གཅིག་པའི་རྣམ་པ་ཅན། སྤྲག་  
 གཤམས་རྩོམ་པོ་དང་། གཤམ་རང་འདྲ་བའི་ཕུར་བུ་བསྐྱམས་པ་བསྒྱེད། སྤྲགས་  
 ཚན་རྩོམ་མ་རྣམས། འདི་སྤྲགས་སུ་མི་དགྲུག་པ་ཆང་མ་ཆར་གཉིས་བཞེད་པར་འདུག་  
 གྲང་དམིགས་པ་མཚམས་གཤམས་བསྒྲོར་དགོས་པ་འདྲ། དེ་རྣམས་ལས་རང་འདྲ་  
 བའི་སྤྱལ་པ་དུ་མ་སྤྲགས་མཚམས་བརྒྱད་དང་། ཤར་གྱི་ཁྱོ་མོ་ལས་སྟེང་དང་།  
 རུབ་གྱི་ཁྱོ་མོ་ལས་འོག་ཏུ་འདྲ་སྟོས། སྤྲགས་བཅུ་འདི་བགོགས་གྱི་གཙོ་བོ་དབང་པོ་ལ་

སོགས་པ། རྩོགས་སྐྱོང་བཅུ་པོ་སྟོང་ག་ནས་ལྷགས་ཀྱིས་བཟུང་། མགོན་པ་ནས་  
 ཞགས་པས་བཅིངས་ཏེ་བཀྲ་ག་པས། འཁོར་རྣམས་ཀྱང་རང་དབང་མེད་པར་འོངས་  
 བས། རྫོང་འེར་བ་དང་ཉེ་བར་སྤེལ་བ་ན། སྤར་བསྟོམ་པའི་སྟོ་མཚམས་མ་བཅུ་  
 ཡིས་རྩྱུ་བཞི་བརྟེན་པས། རྫོང་འེར་བ་ཕྱི་མའི་རྒྱབ་དུ་རྩྱུ་ལས་བྱུང་བའི་ཁྲོམ་པ་བྲབ་  
 མོ་བརྒྱད། ཤར་རུབ་ཀྱི་ཕྱིར་སྟེང་འོག་གི་བགོགས་འཇུག་པའི་ཁྲོན་པ་གཉིས་དང་  
 བཅུ། དེ་ཡང་བྲབ་ཁུང་གི་རྣམ་པ་ཅན་གཏིང་བྲབ་པ། དེའི་ནང་བགོགས་རྣམས་སོ་  
 སོར་བཅུག་པར་བསམ་ལ། སྤྱལ་པའི་ཁྲོམ་རྣམས་སྤྱལ་གཞིའི་ཁྲོམ་རྣམས་ལ་བསྟེམ།

**གཉིས་པ་ནི།** རང་སྤྱང་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་གཙོ་བོའི་ད་རྒྱལ་བརྟན་པོས། ཁྲོ་  
 མ་རྣམས་ལ་ཕྱར་བུ་ཐོབ་ཅེས་བཀའ་བསྟོས་པས་རྩོགས་གཡོན་བསྟོར་དང་། མཚམས་  
 གཡམས་བསྟོར་དུ་བགོགས་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་བོར་ཕྱར་བུས་བརྟབ་པར་བསམ་ལ། ཚེ་གླ་  
 གླ་གླ་ཏ་ཡ་སོགས་གསུམ་བརྟེན་པའང་གསུངས་ཤིང་། དང་པོའི་ཆེ། སྟོ་མཚམས་  
 ཀྱི་ལྷ་མོ་རྣམས་ཞལ་ཕྱིར་གྱུར་ནས། ལྷ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་བགོགས་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་བོར་  
 ཕྱར་བུ་གཟུགས་ཏེ། དེའི་སྤྱགས་དོན་ནི། ཚེ་ནི། སྤར་ལྟར། གླ་གླ།  
 གསོད་བྱེད་ཅེས་བོད་པ་འོ། །གླ་ཏ་ཡ་གཉིས་ནི། ཚམས་ཤིག་ཅེས་བགོ་བའོ། །གང་  
 བཅོམ་ན། སྤྲ། ཐམས་ཅད། དུལྱེ། མ་རུངས་པ། བིལྱེ། བགོགས།  
 རྩྱུ་ལྟ། དོན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ས་བོན་འོ། །ཀྲི་ལ་ཡ་གཉིས་ནི། ཕྱར་བུས་  
 ཐོ་བ་མི་འགྲལ་བར་གྱིས་ཤིག་པའོ། །སྤྲ་ལྷ་པོ། སྤྱིག་པའི་བསམ་པ་(ཅན)ཐམས་

ཅད། རྩྱ། ས་ཐོན། ཡུ། ཁོས་ཤིག་པའོ། རྩྱྱ་གསུམ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 བསྐྱལ་བའོ། བཟླ་གྱི་ལ་ཡ། རྩྱྱ་ཕུར་པ་ཞེས་བོད་པའོ། བཟླ་རྩྱ་རྩྱ་ལྟོ་  
 པ་ཡ་ཉི། རྩྱྱ་འཆང་གི་བཀའ་ཉོན་ཞེས་པ་སྟེ། རང་ཉེ་རུ་ཀ། རྩྱྱ་འཆང་བས་  
 བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པས་བཀའ་བཀོ་བའོ། ལས་རྩྱྱ་བྱི་བྱི། བགེགས་མ་རུངས་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི། གྲུ་ལ་སྟུག་ཅིང། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལ། བཟླ་གྱི་ལ་ཡ།  
 རྩྱྱ་ཕུར་བུས་ཐོབ། རྩྱྱ་ཕུར་ནི། སྐར་ཡང་བསྐྱལ་བའོ། མཛོན་བཟླ་ལོགས་  
 རྩྱྱ་ཐམས་ཅད་ལས་འབྱུང་ལ། སྟགས་རྩྱ་མི་འབྱུང་བ་མང་ཡང་། མར་དོ་དང་  
 རྩྱྱ་མཁའ་འབྱུང་གི་མཛོན་བཟླ་རྩྱ་མི་མར་འདུག། དེ་ནས་རྩྱྱ་ཐོ་བས་ཕུར་བུའི་  
 མཁོ་བོར་བརྟུང་བས། ཕུར་བུའི་ཕེ་མོ་ཤིན་ཏུ་རྩྱ་བས་བགེགས་རྩྱ་མས་སྟེ་གཙུག་ནས་  
 ཀྱང་མཐིལ་གྱི་བར་ཕུག་པར་བསམ་ལ་སྟགས་བཟླ་ད། སྟགས་དོན་ནི། བཟླ་ལྟོ་  
 ར་ནི། རྩྱྱ་ཐོ་བའོ། བཟླ་གྱི་ལ་ཡ། རྩྱྱ་ཕུར་པ། ལྟོ་གོ་འ་ཡ་ནི།  
 བརྟུངས་ཤིག་ཅེས་པའོ། རྩྱྱ་ཕུར། ཅེས་བགེགས་རྩྱ་མས་ཕུར་བུ་འདེབས་པ་དང་  
 བརྟུང་བར་བུས་པས། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་རོ་གཅིག་པར་བུས།  
 བགེགས་ལྟག་མ་རྩྱ་མས་ལྟོ་མོ་རྩྱ་མས་ཀྱིས་དེད་ནས་རྩྱ་མི་འབྱུང་བསྐྱུང། ལྟོ་མོ་རྩྱ་མས་  
 རྩྱ་མོན་རྩྱྱ་མི་ར་བ་ལ་ཐིམ་པས། རྩྱ་མོན་བརྟུང་བའི་ཐོག་མ་འཐོར་བའམ། མེ་  
 ལྟགས་རྩྱ་མོན་བརྟུང་བའི་མེ་སྟག་འཐོར་བ་བཞིན་རྩྱྱ་མོན་ཐོག་མོ། དེའི་ཕྱིར་པར་དམར་པོ།  
 དེའི་ཕྱིར་མཚོན་ཆའི་འཁོར་ལའི་ར་བ་གསུམ་རྩྱ་མོན་བར་མཚོས་མེད་ཅིང་། དུམ་

བྱ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཕྱི་རོལ་དུ།      དེ་རྣམས་ཀྱི་འོད་ཟེར་ལས་བསྐྱེད་པའི་དོ་རྗེའི་མེ་  
 དབང་ལྡན་ནས་བརྩམས་ཏེ།      དཀར།      སེར།      དམར།      ལྗང།      སྤོ་བའི་  
 རིམ་པ་དྲུག་ཅུ་རེ་བཞི་གཡོན་བསྐྱོར་དུ་སྟེང་འོག་ཕྱོགས་མཚམས་ཀྱན་ཏུ་འབར་ཞིང་འབྲུགས་  
 པ།      སྤར་བསྐོམ་པའི་མེ་དང་གཅིག་ཏུ་གྱུར་བས།      དེ་ནས་བཟུང་འགྲོ་བ་རྣམས་ཉ་  
 ཅུ་ཀའི་གོ་འཕང་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ།      བགོགས་དང་བར་ཆད་ཀྱིས་མི་ཚུགས་པ་བསམ་  
 པ་སྟེ།      བྱང་རྩལ་གྱིས་སེམས་ཀྱིས་ཕྱིས་ཟིན་པ་གལ་ཆེ།      ཨོྭ་བཟླ་པ་ཀླ་ར་རྩྱུ།  
 ཨོྭ་བཟླ་པ་ཀླ་ར་རྩྱུ།      ཨོྭ་ཅ་ཀླ་པ་ཀླ་ར་རྩྱུ།      ཅེས་སྤྲགས་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས།  
 མེ་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་སྤྲགས་སྟོན་དུ་སོང་བས་དེའི་འཕུས་པར་མཛད།      གཞན་དུ་བྱིལ་བུ་  
 པའི་སྐྱབ་ཐབས་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བུར།

ཐོ་བས་བརྟུངས་ཏེ་ཕུར་པས་བཏབ།།

བགོགས་རྣམས་རྫོགས་པའི་བྱང་རྩལ་འབྱུར།།

ལྷ་མོ་འོད་གྱུར་འདུས་འཕྲོ་ལས།།

དོ་རྗེ་པར་འཁོར་ལོ་མེ།།

ཞེས་པ་གོང་གི་བཟླ་པ་ཀླ་ར་སོགས་དང་།      ཨོྭ་བཟླ་རྩྱུ་ལ་ཨ་ན་ལྷ་རྩྱུ་རྩྱུ་རྩྱུ།      རྣམས་  
 གསུངས།      གོང་དུ་སྟུང་འཁོར་སྐྱབས་མེའི་སྤྲགས་མ་གསུངས་པས།      དོན་ལ་  
 གཅིག་པར་འདུག་གོ།      །མངོན་བཟླ་ལས།

ཁྱོ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ཕུར་བུ་འདེབས།།

གསུངས་པས། ཁྱ་གདོང་སོགས་གྱི་འདེབས་མི་འོས་སྟེ་ན། རྩོམ་འབྲེལ་པར།

ཁྱོ་བོ་རྣམ་རྒྱལ་ལ་སོགས་པ།

སྒོ་དང་མཐའ་ཡི་མཚམས་རྣམས་སུ།

སྒྲ་ཚོགས་འདུལ་བའི་ཐབས་ཅན་གྱིས།

སེམས་ཅན་དོན་ལ་བརྩོན་པར་མཛད།

ཅེས་པས། ཁྱོ་བོ་བཅུ་རྣམས་གང་ལ་གང་འདུལ་དུ་ཁྱ་གདོང་སོགས་བཅུར་སྒྲུལ་ནས།

བགེགས་ལ་བཀའ་བསྒྲོ་བ་གསུངས་སོ། །ཞལ་བཞི་པའི་སྤྲགས་བཞི་པ་འདི་ལ་མི་

འདྲ་བ་མང་ཞིང་། འོ་ཆེན་གྱི་འབྱུང་སོགས་འགར། ལྷ་ག་སྟེན་པོ་རྒྱ་རྩ་། ཞེས་

(དང་)། མར་དོ་དང་ཆགས་འབྱུང་ལ། བརྩ་རྒྱ་རྩ་འབྱུང་། མཛོན་བརྩེད་དང་།

ཕག་མོ་མཛོན་འབྱུང་ལས། བརྩ་རྒྱ་རྩ་ཕྱུ་ཕྱུ་(ཅེས་)འབྱུང་བ་ཅ་རྒྱུད་གྱི་སྤྲགས་བཅུ་

དང་འདི་འགྲིག་ཤས་ཆེ་བས། སྒྲུབ་ཐབས་འདིར་དེ་གནང་འདུག གཞན་རྣམས་

ཀྱང་མ་དག་པ་ནི་མིན་པས་འགལ་བ་མེད་པར་མཛོན་ནོ།

རྒྱ་གཞུང་རྣམས་སུ་རྩོམ་སེམས་བསྒྲོམ་བསྒྲས་མ་གསུངས་ཀྱང་། བོད་གྱི་མཁས་

གྲུབ་གོང་མའི་ཡིག་ཆ་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་འདིར་ཡང་མཛད་པ་ལེགས་ཏེ། སླིང་པོ་

རྒྱན་ལས།

སངས་རྒྱུ་ཀུན་གྱི་སྒྲ་གཅིག་ལ།

པད་དཀར་རྒྱ་བའི་དབུས་གནས་ཤིང་།

རྩོམ་པ་ལྟེན་ལྟེན་སྒྲིལ་པའི།  
 རྩོམ་པ་ལྟེན་ལྟེན་སྒྲིལ་པའི།  
 ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་ཆོ་ག་བཞིན།  
 ཉི་ཤུ་ཅུ་ནི་རེ་རེ་བཞུས།  
 ལྷ་ལྷ་སྒྲིལ་ལྷ་ལྷ་སྒྲིལ་ལྷ་ལྷ་སྒྲིལ།  
 འཕེལ་བ་རུ་ནི་མི་འགྱུར་ཞེས།  
 གྲུབ་པ་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་པས།  
 ཐུན་མཚམས་སུ་ནི་སྤྱད་པར་བྱ།  
 འབྲུམ་ཕྱག་དུ་ནི་བཞུས་སྤྱད་ན།  
 རྣམ་པར་དག་པའི་བདག་ཉིད་འགྱུར།

གསུངས་པ་ལྟར། ཐུན་མཚམས་སུ་བཞུས་དགོས་པས་འདིར་ཡང་སྤྱད་འཁོར་བསྒྲིལ་  
 ཞིང་། ཆོག་པ་བསྒྲིལ་པའི་སྤྱོད་འདིར་སྤྱོད་གཉིས་སྤྱོད་ཕྱིར་གསུངས་ཏེ། དེའི་  
 ཚུལ་ཡང་། མངོན་བརྗོད་ལེན་ཉིད་ལྟར་པར།

ཐོག་མ་དབྱུང་དང་མཐར་ཐུག་པ།  
 ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་གསལ་སྤྱགས་བཞུ། །ཞེས་པ་ནས།  
 གལ་ཏེ་བདག་ཉིད་དངོས་གྲུབ་འདོད།  
 དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་གནས་པ་ཡིན།

ཅེས་གསུངས་པས། རང་གི་སྤྱི་ཐོར་པོ་ཡིག་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ལས། པར་དང་།  
 རྒྱ་བའི་དགྲིལ་འཁོར་སོགས་ཆོག་ཟིན་ལྟར་གོ་སྤྲོད་ཞིང་། ཞལ་ཐང་གིས་པ་རྣམས་ལ་  
 ཞབས་འདོར་སྟེན་གྱིས་གྱུར་། བསྐྱོམ་དུས། ཞབས་མཉམ་བཞེངས་ཀྱིས་  
 ཞབས་མཐིལ་རང་གི་ཚངས་བུག་ལ་གཏད་པར་བསྐྱོམ། དེའི་ཐུགས་ཀར་རྒྱ་བའི་  
 དགྲིལ་འཁོར་མཐུལ་ཁ་སྐྱབ་པ་ལྟ་བུའི་དགྲིལ་དུ། རྩྱུ་ཡིག་དངུལ་ཚུའི་མདོག་ལྟ་བུ་  
 དཀར་ལ་སྦྱུང་བ། གདན་ལ་ཁབ་བཙུགས་པ་ལྟར་གནས་པའི་མཐའ་མར། ཡིག་  
 བརྒྱ་པའི་སྤྲགས་འཕྲེང་དཀར་པོ་གཡས་བསྐྱོར་དུ་ཡོད་པ་ལས་འོད་འཕྲོས། རིགས་  
 དུག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐྱིག་སྒྲིབ་སྦྱངས། སྤྲོ་མ་(དང་)། སངས་རྒྱས།  
 བུང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་མཆོད་པ་ལུ། བྱིན་རྒྱལ་བ་སྤྱུས་སྤྲགས་  
 འཕྲེང་ལ་ཐིམ་པས། རྩྱུ་(དང་)སྤྲགས་ཀྱི་འཕྲེང་བ་ལས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་བབས། ཉེ་  
 ཅུ་ཀའི་སྤྱི་གང་། སྦྱོར་མཚམས་དང་། ཞབས་མཐིལ་ནས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་བུང་  
 བས། རང་གི་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བསགས་པའི་སྒྲིབ་གཉིས་བག་ཆགས་དང་བཅས་  
 པ་ཐམས་ཅད། བཙོལ་ཉི་ཟེར་པོག་པ་ལྟར་ཁུ་ནས། འོག་སྒོ་རྒྱུ་སེན་བ་སྤྱི་  
 བུག་ནས་ཕྱིར་ཐོན། ལུས་ཐམས་ཅད་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅིས་གང་། ལུས་  
 སེམས་ལ་བདེ་སྟོང་གི་ཉམས་ཁྱད་པར་ཅན་སྤྱེས་པར་བསྐྱོམ་ཞིང་། རྒྱུད་ལས་འབྱུང་  
 བའི་ཉེ་ཅུ་ཀའི་ཡིག་བརྒྱ་དག་གསལ་སྒྲོས་མ་ཉམས་པ་བརྒྱའམ་ཉེར་གཅིག་སོགས་བརྒྱ།  
 སྤྲགས་དོན་ནི། ཡོན་ནི། སྤྱི་དོན་འོན་པོ། བཟླ་ཉེ་ཅུ་ཀ། དོན་ཤེས་འཕྲུང་།





བསྐྱེན་ནས་ཉེ་རུ་ཀ་རང་ཉིད་ལ་ཐིམ་པར་བསམ།

རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཡན་ལག་བཞི་པ། མཐུན་ཞུན་བཏེན་པའི་ཕྱིར་ཚོགས་བསགས་  
པ་ལ་འད་། བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་གཉིས་ལས།

**དང་པོ། ཚོགས་ཀྱི་ཞིང་བསྐྱེད་པ་ནི།** སྤང་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་རང་གི་ལུས་  
ཉེ་རུ་ཀའི་སྐྱེ་ཤེས་ཀྱི་གོང་བུ་ཕྱིས་པ་ལྟར་གསུངས། སྤྲིག་སྤྲིབ་ཐམས་ཅད་དག་པའི་  
རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཕྱི་གསལ་ལ་ནང་གསལ་ལ་ཤེས་སྡོན་གྱི་བུམ་པ་ཕྱིས་པ་ལྟ་བུ་བསྐྱོམ་གྱི། དཀར་  
པོ་བསྐྱོམ་པ་ནི་མིན་ཏེ། སྐྱེ་མདོག་མཐིང་ག་ཚེས་དབྱིངས་འབྱུར་བ་མེད་པའི་བདར་  
མི་འབྱུར་བ། དེའི་སྤྱིང་གར་ཉི་མའི་དྲུལ་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་རྩྭ་སྡོན་པོ་བསྐྱོམ་སྟེ།  
འདིར་རྡོ་རྗེ་མཁའ་འགོ་ལས། རྩྭ་གི་གདན་རྒྱ་བ་མགད་པས། ལུ་བ་པ་དང་།  
ཕྱོད་རྒྱི་ཏ་སོགས་ཀྱིས། རྩྭ་ཡི་ག་རྒྱ་རྡོ་རྗེ་འཛིན་པ་ཡིན་པས་རྒྱ་གདན་འཐད་པའོ་  
གསུངས་ཀྱང་། དེ་ཁོ་ནར་མ་རེས་ཏེ། མདོན་བརྗོད་དང་། མཁའ་འགོ་རྒྱ་མཚོ་  
ལས། ཉི་གདན་བགད་པ་ལྟར་འདིར་ཡང་མཛད། རྩྭ་ཡི་ག་ནི། ཡེ་ཤེས་ལྔའི་  
རང་བཞིན་ཅན་དུ། མདོན་བརྗོད་དང་། དེ་ལ་བུ་ཞབས་ཀྱི་གཞུང་ལས་ཀྱང་གསུངས་  
པ། ཡེ་ཤེས་ལྔར་འཛོག་ཚུལ་ནི། ཨ་བླུ་ཀ་རས། ཨུ་ཡིག་ རོན་གྲུབ་དང་།  
ཉའི་ལུས། སྤང་མཐའ། དེའི་མགོ་པོ། རིན་འབྱུང་། རྒྱ་ཚོས། རྣམ་སྤྲང་།  
ཐིག་ལེ་རྒྱ་ད་དང་བཅས་པ། (མི)བསྐྱོད་པར་གསུངས་པའི་རིག་པས་ཤེས་པར་  
བྱའོ། རྩྭ་ཡི་ག་དེ་ཡང་སྡོ་སངས་དབུས་སྡོ་ལ་མཐའ་ཅུང་ཟད་སྐྱེ་བའོད་ཟེར་ཁ་དོག་

ལྷ་འཕྲོ་བ། དེ་ཡི་འོད་གྲིས་རང་གི་ལུས་ངག་སྒྲིག་སྒྲིབ་དག་ འོད་ཟེར་བ་སྤྱི་བྱ་  
ག་ནས་ཕྱིར་འཕྲོས་པས་ཚོགས་ཞིང་སྦྱན་བྱངས་པ། དྲིལ་བུ་འི་ལུགས་གཞུང་ཆེ་ཆུང་  
ནུམ་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱའོ། འོད་ཟེར་དཔྱལ་བར་ཐིམ་པ་འདྲ་གསུངས་མོད། འདིར་  
སྦྱིང་གར་བསྐྱེམ་པ་ལྷ་བ་པས་བཤད། ཚོགས་ཞིང་སྦྱ་མ་ནི་རང་གི་བདེ་མཚོག་གི་  
དབང་བཞི་ཞུ་ཡུལ་གཙོ་བོ་དང་། ཡི་དམ་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པ་སོགས་དང་། སངས་  
རྒྱུས་བྱང་སེམས་དཔག་མེད་སྦྱན་འབྲེན་པ། མངོན་བརྗོད་ལས་གསུངས། དེ་ལྟ་  
བུ་འི་ཚོགས་ཞིང་དེ་ལ་ཚོགས་ཇི་ལྟར་གསོག་ཅེ་ན། དྲིལ་བུ་བའི་སྦྱབ་ཐབས་ཡིད་  
བཞིན་ལོར་བྱར།

སྦྱ་མ་དང་ནི་དཀྲིལ་འཁོར་ལྷ།

སངས་རྒྱུས་བྱང་རྒྱབ་སེམས་སོགས་ཀུན།

ནུམ་མཁའ་ཀུན་གང་མདུན་དུ་བལྟ།

ལུས་སྤྱ་ཚོགས་ཀྱིས་ཕྱག་བཙུལ་ཞིང་།

དེ་དག་འགྲོ་བའི་དོད་དུ་འབྱུལ།

རྩྱ་གི་འོད་ཟེས་ལས་བྱུང་བའི།

གཟུགས་མ་སྦྱ་མ་དྲི་རོ་སོགས།

བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་རྒྱས་པར་བྱ།

གསུངས་པ་ལྟར་འདིར་ཡང་དང་པོ། ཀུན་སྦྱོད་ལས་འབྱུང་བའི། གང་གི་དྲིན་

སོགས་སྒྲིམ་དང་། སྒྲིམ་འབྱུང་ལས་གསུངས་པའི། ཉེ་ཅུ་ཀ་དཔལ་དཔའ་བོ་  
 ཆེ། །སོགས་ཤོལ་ཀ་གཉིས་ཀྱིས་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ལ་ཕྱག་བྱས་ནས། སྒྲུབ་  
 ཡང་སྒྲིང་གའི་ས་བོན་ལས་བྱུང་བའི་ལྷ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་པར་བསམ། མཆོད་  
 ཡོན་སོགས་རྩ་འབྲེལ་ལ་མེད་ཀྱང་། རྒྱ་གཞུང་འགའ་དང་། བོད་གཞུང་ལ་ཡོད་  
 པ་ལྟར་འདྲིར་ཡང་། ཨོ་ལྷོ་ཉེ་ཅུ་ཀ་ས་པ་རི་སྒྲར་ཨ་ཆློ་ཕ་རྒྱུ་ལྷ་རྒྱུ། སོགས་  
 ཀྱིས་རྩ་གསུམ་མཐ་གཉིས་འབྲེལ་བ་རྒྱ་གཞུང་འགའ་ཡོད་འདུག དེ་ཡང་སྒྲགས་  
 དོན། ཨོ་ལྷོ་ཉེ་ཅུ་ཀ་ དཔལ་ཁྲག་འཐུང་། ས་པ་རི་སྒྲར་། འཁོར་དང་བཅས་  
 པ། ཨ་ཆློ། མཆོད་ཡོན། རྩ་གསུམ་ལྟར་ན། ཨ་ཆུ་མ་ནྟ། ཞལ་བསིལ།  
 སྒྲུབ། ཞབས་བསིལ། ཡང་ཞལ་(ཞབས)བསིལ་མེད་པའི་རྩ་གཉིས་ཀྱང་རུང་བར་  
 བཤད། ཕ་རྒྱུ་ སོ་སོར་བཞེས། སྒྲུབ། སྒྲགས་ཀྱི་མཐའ་སྟེ། དེ་  
 བྱུང་བའི་གཞི་རྩ་གསུམ་ཞེས་པའོ། །ཉེར་སྤྱོད་ནས་རོལ་མའི་བར་ཀྱང་གོང་གི་སྒྲགས་  
 ལ་སྒྲེལ་བར་མཛད་འདུག ལྟ་རྒྱལ་བཟང་གིས། ཨོ་བཟླ་ཕ་རྒྱུ་ཕ་རྒྱུ་ལྷ་རྒྱུ།  
 སོགས་ཀྱིས་འབྲེལ་བའང་བཤད། རིག་མ་བརྩུ་དུག་གི་ཕི་ཆོ་མ་སྤོན་མོ་དང་། སྒྲིང་  
 བུམ་སེར་མོ་དང་། རྩ་རྒྱུ་མ་དམར་མོ་དང་། རྩ་རྩ་མ་ལྷང་མོ་རྣམས། ཞལ་  
 གཅིག ཕྱག་བཞིམ། རྩ་བའི་ཕྱག་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་གཉིས་རང་རང་གི་རོལ་མོ་  
 ཐོགས་ཤིང་། མཐའ་གཉིས་དོར་རྒྱལ་འཛིན་པ། བཞད་མ་དམར། སྒྲིག་མོ་སྒྲི།  
 སྒྲུ་མ་སེར། གར་མ་ལྷང་གུ་རྣམས་ཀྱང་ཞལ་གཅིག ཕྱག་བཞི། དང་པོ་གཉིས་

གྲིས་དོར་བྲིལ་འཛིན་པས་བཞད་པའི་སྟབས་དང་།      སྟེམས་པའི་ཚུལ་གསུམ་པས་  
 དང་པོ་གཉིས་ཏིང་ཏིང་ཤག་བརྟུངས་པ།      བཞི་པས་པད་སྟོར་མཛད་པ།      འོག་མ་  
 གཉིས་གཡས་ཐོད་པ།      གཡོན་ཅང་ཏེའུ་འཛིན་པའོ།      །གསུམ་པ་འདིས་པ་རྩྭ་རྩྭ་  
 ཏས་མཁར་བའི་སིལ་སྟོལ་གསུངས།      ཟུང་པར་གསལ་མེད་དུ་ཕེབ་དོབ་གསུངས་  
 གྲང་།      རང་ལུགས་ལུ་བ་པའི་བཞེད་པ་ལྟར་སྟུམ་འོ།      །མེ་ཏོག་མ་དཀར་མོ་མེ་ཏོག་  
 གི་སྟོད།      བདུག་སྟོས་མ་དུད་ལ་སྟོས་སྟོད།      མར་མེ་མ་དམར་མོ་མཚོད་སྟོད།  
 དྲི་མ་དམར་མོ་བྲིའི་དུང་ཆོས།      གཡས་རང་རང་གི་ཕྱག་མཚན་དང་རྒྱ་མ་རུ།      གཡོན་  
 གཉིས་ཐོད་པ་དང་ལ་རྩྭ་ག      གཟུགས་མ་དཀར་མོ་མེ་འོང་།      རོ་མ་དམར་མོ་སྦྲང་  
 ཆང་གི་སྟོད།      རེག་བྲམ་ལྟང་གུ་གོས་སྟོ་ཆོགས།      ཆོས་མ་དཀར་མོ་ཆོས་འབྱུང་  
 འཛིན་པ།      གཡས་ལྟག་མ་རྒྱ་མ་རུ།      གཡོན་གཉིས་ཐོད་པ་དང་ལ་རྩྭ་ག་འཛིན་པ་  
 རྣམས་གྲིས་མཚོད་པར་བསམ།      སྟགས་ནི།      ཨྱོ་བཙྴ་མི་ཉི་རྩྱུ་པར།      དོ་རྩེ་པི་  
 མི་མ།      མི་ལེ      སྟིང་བྲ།      མི་ཏི་གེ      ར་རྒྱུམ་མ།      ལུ་ར་ཨོ།      ར་ར་མ།      རྩྭ་  
 སྟ།      བཞད་མ།      ལུ་སྟ།      སྟེག་མོ།      གྲི་ཏི།      སྟུམ་མ།      བྲི་བྲི།      གར་མ།  
 སྟེམ་མ།      མེ་ཏོག་མ།      རྩྭ་པེ།      བདུག་སྟོས་མ།      རྩྭ་པེ།      སྟོན་མེ་མ།      སྟེམ་མ།  
 དྲི་ཆབ་མ།      རུ་པ་བཞི།      གཟུགས་དོ་རྩེ་མ།      ར་ས་བཞི།      རོ་དོ་རྩེ་མ།      སྟེམ་  
 བཞི།      རེག་དོ་རྩེ་མ།      རྣམ་རྩྭ་ཏུ་བཞི།      ཆོས་དབྱིངས་དོ་རྩེ་མ་སྟེ།      ཐམས་ཅད་  
 ལ་དོ་རྩེ་མའི་སྟོ་སྦྲང་བས།      མཚོད་པའི་ལུ་མོ་གཟུགས་མེད་ལྟ་ལྟག་པ་རྩྭ་ག་པ་རྩྭ་ག་པོས་

ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་པར་བསམ། འདི་འོག་གི་རིག་མ་བཅུ་དྲུག་  
 གི་མཆོད་པའི་སྐུ་བས་ཐམས་ཅད་དུ་ངེས་པར་བྱེད་དགོས་པར་འདུག སྤར་ཡང་སྤྱིང་  
 གའི་རྩྱེ་ལས་སྒྲོས་པའི་མཁའ་འགོ་མ་སྒྲོན་མོ། ལྷ་མ་ལྷང་གྲ། དུམ་སྒྲེས་མ་  
 དམར་མོ། གཟུགས་ཅན་མ་སེར་མོ་བཞིས་ཤལ་བདུད་ཅི་ལྷས་གང་བའི་ཐོད་པ་ཐོགས་  
 ཏེ་མཆོད་པར་བསམ། རྒྱགས་བཞེད་དོན་ནི། ཨོྭ་པཱུ་ཨ་མི་ཏ། བདུད་ཅི་ལྷ།  
 ལུང་མེ་གྲ། མཆོད་སྒྲིབ། ས་སུ་དྲ། རྒྱ་མཚོ། སྤར་ཏ། རྒྱས་པར། ས་  
 མ་ཡ་རྩྱེ། དམ་ཚིག་གིས་གསོལ་བཞེས་པ་སྟེ། རང་མཆོད་ཐིག་གཏོར་བྲ། མཆོད་  
 པའི་ལྷ་མོ་རྣམས་ཚོགས་ཞིང་གི་བཙམ་ལྷན་འདས་ལ་ཐིམ་ཞིང་། ཡབ་ཡུམ་སྟོམ་  
 པར་བཞུགས་པས། བདེ་སྤོང་ཟག་མེད་ཀྱི་མཆོད་པས་མཉེས་པར་བསམ་ལ། རྒྱགས་  
 བཞེད་དོན་ནི། ཨོྭ་ལྷི་མ་རྩྱ་སུ་ལ། དཔལ་བདེ་བ་ཆེན་པོ། ཉེ་ཉེ་རུ་རུ་ཀྱི་ཨྲུཾ་རྩྱེ་  
 རྩྱེ་པར། ཐུག་འཕུང་གི་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་མཉེས་པའི་དོན་ནོ། །དེའི་ངོ་བོ་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་ལ་མཉམ་པར་བཞག དེ་ལྟར་ཕྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ནས་མཆོད་ནས། འདོད་  
 ཆགས་ཞེ་སྤང་སོགས་ཤོ་ལོ་ཀས་བཤགས་པ་དང་། གང་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་གས་  
 པ་ཀུན་སོགས་ཤོ་ལོ་ཀས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་། དུས་གསུམ་ཀུན་ཏུ་སོགས་བཞིས་  
 སྐུ་བས་འགོ། རྒྱག་པ་ཐམས་ཅད་སོགས་བཞི་དང་། ཚངས་པ་དབང་པོ་སོགས་  
 བཞིས་སྒྲོན་འདུག་གི་སེམས་བསྐྱེད། བསྐྱོད་དཀའ་སྤྱིད་པའི་རྒྱ་མཚོ་སོགས་ཀྱིས་  
 ལུས་སུལ་རྣམས་ཀྱང་། རྒྱག་ཞུང་གི་ཚིག་ཁོན་ལན་གསུམ་སོགས་ཀྱིས་བསོད་ནམས་

གྲིས་ཚོགས་བསགས། ཚད་མེད་བཞི་སྟོན་དུ་སོང་། དེལ་བུ་ཞབས་གྲིས་ཚོགས་  
ཞིང་རྣམས་རང་ལ་བསྐྱབས་བར་གསུངས་པ་ལྟར་བསྐྱུ།

**གཉིས་པ། ཡེ་ཤེས་གྲི་ཚོགས་བསགས་པ་ནི།** དེ་ལྟར་ཚོགས་ཞིང་ལ་མཚོན་  
པའི་མཚོན་ཡུལ། མཚོན་མཁུ། མཚོན་རྫས་རྣམས་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པ་རྟེན་  
འབྲེལ་ཙམ་མོ་སྟུམ་པའི་ངང་ནས། རང་གི་སྤྱི་པོར་ཡི་གེ་རྟེ་དཀར་པོ། མགྲིན་པར་  
རུ་དམར་པོ། སྦིང་གར་ཀ་མཐེང་གར་གསལ་གདབ། རྟེ་ནི། བདག་དང་གཞན་  
རྒྱ་མེད་པས་སྦྱེ་བ་སྤངས་པ། རུ་ནི། གནས་འཛིག་དང་བུལ་བ། ཀ་ནི། ཡོད་  
མེད་གནས་འཛིག་གཉིས་ཀའི་མཐའ་ལས་འདས་པའོ་སྟུམ་པའི་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
རབ་གྲིས་དབྱེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་མི་ཤེས་པའི་སེམས་ཅན་  
རྣམས་ཁམས་གསུམ་གྱི་འཁོར་བར་ཡུན་རིང་དུ་འཁོར་བར་འདུག། བདག་གི་རྟེ་རུ་  
ཀའི་སྐྱར་གྱུར་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་གཟུགས་འཛིན་གཉིས་སྟོང་གི་ཡེ་ཤེས་ཁོང་དུ་  
རྟེན་པར་བྱའོ་སྟུམ་པའི་ཚོས་ལ་དམིགས་པའི་སྦིང་རྩེ་བསྟོམ་ལ། ཨོྲཱ་མུ་ཙྰ་སོགས་  
སྤྲུགས་བཅོམ། སྤྲུགས་དོན་སྤར་ལྟར། ཁམས་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་  
མི་དམིགས་པའི་སྟོང་པ་རྟིན་དུ་བསྟོམ། སྟོན་གྱི་སྟོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་རང་གི་སེམས་  
རྟིན་ཡིག་འབྲུ་གསུམ་བཅེགས་པར་བསྟོམ། དེའི་ཨོྲཱ་དཀར་པོ་ལས་སྐྱུ་འཁོར་གྱི་ལྟ་  
ཚོགས་རྣམས་སྟོས་པས། འོག་ཐམས་ཅད་ས་སྟོན་དང་། འབྲོ་བ་རྣམས་སྐྱུ་འཁོར་  
གྱི་ལྟ་བུས། ཨུམ་དམར་པོ་ལས་གསུང་འཁོར་གྱི་ལྟ་རྣམས་སྟོས་པའི་སྟངས་ཐམས་

ཅད་ས་སྤྱོད་དང་། འགྲོ་བ་རྣམས་གསུང་འཁོར་གྱི་རྣམ་པར་བྱས། རྩྱུ་སྤྲོན་པོ་ལས་  
 ཐུགས་འཁོར་གྱི་ལྟ་རྣམས་སྤྱོས། མཐོ་རིས་ཐམས་ཅད་མཁའ་སྤྱོད། འགྲོ་བ་  
 རྣམས་ཐུགས་འཁོར་གྱི་ལྟ་ཚོགས་སུ་བྱས། དེ་རྣམས་ཀྱང་སྒྲིམ་པར་ཞུགས་པས་ཞུ་  
 བ། ཡི་གེ་གསུམ་ལ་སོ་སོར་ཐིམ། ཡི་གེ་གསུམ་ཡང་ཨོྲཱ་ལ་ཐིམ། ཨཱུཾ་རྩྱུ་  
 ལ་ཐིམ། རྩྱུ་ཡང་ཞབས་ཀྱ། ཉའི་ལུས། ལུས་མགོ་བོ་ལ། དེ་ཆེ་ཆོས། དེ་  
 ཐིག་ལེ། ཐིག་ལེ་རྒྱ་དེ་བར་ཐིམ་ནས། རྒྱ་དང་ཤིན་རྒྱ་པ་མི་དམིགས་པ་གྱུར་  
 བར་བསམ། ཨོྲཱ་ཕུ་རྒྱ་སྟགས་བརྗོད། སྟགས་དོན། སྟུ་རྒྱ། སྤྱོད་པ་ཉིད།  
 རྩྱུ་ན་བརྗ། ཡེ་ཤེས་དོན། སྟུ་རྒྱ་པ། རང་བཞིན། ཨཱ་རྩྱ་ཀོཾ་ བདག་ཉིད།  
 ཨཱ་རྩྱེ་ རའོ་ཞེས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་དམིགས་པའི་སྤྱིང་མེད་རྩྱུ་སྤྱོད་པ་ཉིད་ཡུན་  
 རིང་དུ་བསྒྲོམ་པ་ནི། སྤྱོད་ཉིད་སྤྱིང་མེད་སྤྱིང་པོ་ཅན་ཏེ། དབུ་ཐུག་ཐོགས་གསུམ་  
 སྟགས་(གྱི)ཆེན་པོའི་མིང་གིས་མ་སྤྱད་པའི་བལྟ་བ་སྟེ། རྩྱུ་འཛིག་རྩྱེན་མགོན་པོས།

ཆེན་པོ་གསུམ་གྱིས་མ་རེག་རྟོགས་པའི་མཆོག།

གསུངས་པ་སྟེ། ཡེ་ཤེས་གྱི་ཚོགས་དངོས་སོ། རྩྱུ་རྩྱུ་ལས།

རྩྱུ་སྟགས་སྤྱོད་པ་སྤྲོན་འགྲོ་བས།

ཞེས་པའི་དོན་བཤད་རྩྱུ་རྣམས་ཀྱིས་མི་འདྲ་བ་མང་དུ་བཤད་ཀྱང་། སྤྱོམ་འབྱུང་ལས།

སེམས་ཅན་ཉིད་ལ་རྣམ་གནས་ཤིང་།

བྱང་ཆུབ་ཚོགས་ནི་བསྒྲོམ་པར་བྱ།

ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ཏེ། ལམ་ཁྱེར་གསུམ་ལས། འཆི་བཙོས་སྐྱུ་ལམ་ཁྱེར་རོ།

ཐུན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་ངི་ལྟར་བྱ་བའི་སྟོང་ནི། ལྷ་དར་ལྷང་དང་གཞི་བརྟེན་  
བསྐྱེད། །རྣལ་འབྱོར་རྣམ་བཞི་རིམ་བཞིན་བསྟོམ། །ཞེས་པའི།

དང་པོ་ནི། སྐར་ཡང་རང་གི་སེམས་རྒྱ་དཀིན་ཏུ་སྤྱོད་པའི་གཟུགས་དཀར་ལ་དམར་  
བའི་མདངས་ཅན་གྱི་བསྐྱེད་ས་རྣམ་མཁར་གཞས་པར་བསམ། དག་པའི་རླུང་སེམས་  
ཅམ་ལས་ལས་ཉོན་གྱི་སྤྱི་བ་པ་མེད་པའི་སྟོང་གཟུགས་ཀིན་ཏུ་སྤྱོད་པ་དེ་ནི། དག་པ་ཆོས་  
གྱི་སྐྱུ་ལས་སྐྱུ་མ་ལོངས་སྐྱར་ལྷང་བ། བར་དོ་ལོངས་སྐྱུ་ལམ་ཁྱེར་ཏེ། རྟེན་དང་  
བརྟེན་པ་བསྐྱེད་པའི་ས་བོན་ཅམ་མོ།

གཉིས་པ་ལའང། འབྱུང་བ་རིམ་བརྟེན་གས་རི་རབ་བསྐྱེད་པ། ལྷ་ཚོགས་པརྟེན་  
དང་ལྷ་ཚོགས་རྟེན་པའོ།

དེ་ལ་འབྱུང་རིམ་ནི། དྲིལ་བུ་ལྷ་ལྷའི་སྐྱབ་ཐབས་ཡིད་བཞིན་ལོར་བུར།

བ་ལང་གཞས་དང་སྟེང་ལྷིང་དང་།

ལྷག་མ་སྐྱམ་པོ་ཅུ་དེ་ནས།

དུང་ཆེན་པོ་ཡི་རང་བཞིན་བྱ།

ཞེས་པའི་དགོངས་པ་རྒྱ་གཞུང་བོད་གཞུང་ཐམས་ཅད་ནས་རླུང་དཀྱིལ་ནས་སྟོམ་པ་གསུངས་  
གྲང་། རང་ལུགས་སྟོང་པའི་རང་ལས་ཨེ་ལས་ཆོས་གྱི་འབྱུང་གཞས་ཅུ་བ་སྤྱོད་པ་བུར་  
དུ་བྱུག་པ། གདེང་ཁ་ཆེ་བ་གྱིན་དུ་བསྟན་པ་རྣམ་མཁའི་རང་བཞིན་བདེ་བ་ཆེན་པོ་མཚོན་



བྱེད་བསྐྱོམ་པ་ལེགས་ཏེ། ཏུང་ཆེན་པོ་ཞེས་པ། བདེ་བ་ཆེན་པོར་ཡང་བསྐྱུར་དུ་  
 ཏུང་བས་དང་། བ་ལང་གནས་སོགས་ཡས་རིམ་གྱིས་བཤད་པས་ཀྱང་འབྲེལ་མཚུངས་  
 ཏེ། ཇི་ཞེན། བ་ལང་གནས་ནི་ས་གཞི་ཡིན། སྤྱིང་ལྷིང་ནི། རྩ། ལྷག་  
 མ་སྐྱམ་པོ་ནི། མེ། ཅུ་ནི། ལྷུང་ཡིན་ཡིན་པར་བཤད་ལ། ཏུང་ཆེན་པོར་ནམ་  
 མཁར་ཤིན་ཏུ་འབྲེལ་མཚུངས་པ་ཡིན་འདུག དེའི་མཐེལ་དུ་ཡོ་སྤྲོན་པོ་ལས་བྱུང་  
 བའི་ལྷུང་གི་དགྲིལ་འཁོར་ཁ་དོག་སྤྲོན་པོ། དབྱིབས་གཞུ་ལྟ་བུ། མཚོག་མ་གཉིས་  
 སུ་བ་དན་ཏེ་འཕན་ལྷུ་གསུམ་པ་རེ་རེས་མཚན་པ། ལྷུང་དེའི་སྤྱིང་དུ་རྩི་ལས་མའི་དགྲིལ་  
 འཁོར། ཁ་དོག་དམར་པོ། དབྱིབས་ཟུར་གསུམ། མཚན་མ་ནི་མེ་རབ་ཏུ་  
 འབར་བས་མཚན་པ། དེའི་སྤྱིང་དུ་བོ་ལས་ཚུད་དགྲིལ་ཁ་དོག་དཀར་པོ། དབྱིབས་  
 རྒྱུ་པོ། མཚན་མ་བུམ་པས་མཚན་པ། དེའི་སྤྱིང་དུ་ལོ་ལས་སའི་དགྲིལ་འཁོར།  
 ཁ་དོག་སེར་པོ། དབྱིབས་གྲུ་བཞི་པ། རྩོམ་ཅེ་གསུམ་པའི་མཚན་མ་ཡོད་པ།  
 ས་བོན་དེ་རྣམས་བརྗོད་པས། དགྲིལ་འཁོར་དེར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པར་བསམ། ས་  
 དགྲིལ་དེའི་དབྱུས་སུ་ཡི་གེ་སྟོ་ལས་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་བཞི་ལས་གྲུབ་པའི་ལྷན་པོ་གྲུ་བཞི་ལྟོག་  
 བརྒྱད་གྱིས་མཛོས་པ། དེ་ཡང་ཤར་ཤེལ་དཀར་པོ། ལྷོ་བྷེ་ལྷུ་སྤྲོན་པོ། ལུ་བ་  
 བརྒྱར་ག་དམར་པོ། བྱུང་གསེར་སེར་པོ་ལས་གྲུབ་པ། རྩོགས་དང་མཚམས་སུ་  
 རི་ཅེ་བཞིན་མཐོ་བས་ལྟོག་བརྒྱད་པ། འབྱུང་རིམ་རི་རབ། འདི་སྐོར་མདོན་བརྗོད་  
 འབྲེལ་པ་སོགས་ལས་བཤད་པ་བཞིན་གནང་འདུག་པས་དེ་བཞིན་བཤད་གྱི་མི་འདྲ་བ་ཐོར་

ཅམ་ཡང་འདུག་གོ།

གཉིས་པ། ལྷ་ཚོགས་པར་དང་། ལྷ་ཚོགས་དྲེན་གྱི། རི་རབ་ཀྱི་སྤྲེང་དུ་  
ཡི་གེ་པོ་ཡིག་སེར་པོ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་ལྷ་ཚོགས་པར་འདབ་མ་དབང་ལྷན་ནས་རིམ་  
པས་ཁ་དོག་དཀར། སེར། དམར། ལྗང། སྤྱོད་པའི་རིམ་པ་དུག་ཅུ་རེ་བཞི་ལམ་  
སོ་གཉིས་པ་འདབ་མའི་རྒྱ་གཅོ་བའི་འདོམ་སྤྲེད་དམ་སྒོ་ཚད་སྤྲེད་པ། ལྷེ་བའི་རྒྱ་ཐིག་  
སྤྲེད་ཐུང་བའི་ཕྱོགས་ལྷར་ན་སྒོ་ཚད་བཅུ་དུག་ཡིན་གྲང་། ཐམས་ཅད་ཐིག་སྤྲེད་རིང་  
བར་མོས་པས་སྒོ་ཚད་ཉི་ལྷ། ལྷེ་བའི་ཁ་དོག་ལྗང་གྲ། དེའི་དབུས་སུ་རྩྱུ་སྤྲོན་པོ་  
ལས་ལྷ་ཚོགས་དྲེན་ཤར་གྱི་རྩ་དཀར། ཐུང་ལྗང་། ལུབ་དམར། ལྷོ་སེར། ལྷེ་  
བ་གྲ་བཞི་སྤྱོད་བརྒྱུ་ཕྱི་མཐའ་ནས་ཕྱི་མཐའ་སྒོ་ཚད་བཅུ་གཉིས་པ། དབངས་སུ་ལྷ་  
ཚོགས་དྲེན་ཅེ་ཅེ་མོ་ཉི་ལུ་པ་ཡིན་ན་དབངས་སྒོ་ཚད་ལྷ། ཅེ་མོ་བཅུ་གཉིས་པ་ཡིན་ན་སྒོ་  
ཚད་གཅིག་ཏུ་བཤད། དབུས་(རྩ)འའི་ཕྱིད་ལ་ཐིག་སྤྲེད་ཐུང་བ་(ན)སྒོ་ཚད་གཉིས་  
ཡིན་གྲང་། ད་ལམ་ཐིག་སྤྲེད་རིང་བའི་ཕྱོགས་སྒོ་ཚད་བཞི། དབུས་རྩའི་རྩ་བའི་  
སྒོ་མ་ལ་ཆ་ཐོན་གསུམ། དབུས་ཀྱི་སྒོ་མ་ལ་སྒོ་ཚད་ཅེ་མོ་ལ་ཆ་ཐོན་གཉིས། དབུས་  
རའི་ཚངས་ཐིག་ནས་གཡས་གཡོན་དུ་ཆ་ཐོན་བརྒྱུད་རེ་ནས་ཕྱོགས་རའི་ནང་ཐིག་དང་།  
བཅུ་རེ་ནས་ཕྱི་ཐིག་ཐོན་པས། ཕྱོགས་རའི་རྩ་བའི་སྒོ་མ་ལ་ཆ་ཐོན་གཉིས། བར་གྱི་  
ལྷིང་ལ་ཆ་ཐོན་གསུམ། ཅེ་མོར་ཆ་ཐོན་གཅིག་ དབུས་རའི་རྩེར་ཆ་ཐོན་གཉིས་ཀྱིས་  
མ་སྒྲེབ་པ། ལྷག་གི་ཆར་སོང་བའོ། ཉི་སྤྲང་དུ་ཀ་རྒྱན་ཅེ་ནས་ནང་རྩ་དང་གསུངས་

པ་ལྟར་བྱས། གཞན་དུ་ཆ་ཕྱན་དུག་ནས་ནང་རྒྱ་དང་། བརྒྱད་ནས་ཕྱིར་འཐོན་པ་  
 ཞིག་གསུངས་ཀྱང་། བྱི་ཐིག་ལ་མི་མཐོན་ (མཐོང་)བའི་སྒྲིན་ཡོད། རྩ་རྣམས་  
 ཕྱོགས་མདོག་སྤྲགས་བཤད་ལྟར་བསྟོམ། དེའི་ལྟེ་བར་པི་(བྱི)ལྟར་གྲུ་ལས། ལྷ་  
 ཚྱུ་གས་པརྩ་འདབ་མ་བརྒྱད་པ་དེ་ཡང་ཕྱོགས་བཞི་དམར་ཞིང་མེ་རྩུང་སེར་བ། ལྟེ་བ་  
 དང་བདེན་བྲལ་ལྟར་གྲུ། དབང་ལྡན་ནག་པོ། གེ་སར་སེར་པོ་ཅན་ཞིག་བསྟོམ།

གསུམ་པ། རྣམ་འབྱོར་བཞི་བསྟོམ་རྩུལ་ལ། དང་པོ། རྣམ་འབྱོར་བསྟོམ་  
 བ་ལ་ཡང་པ་མའི་ཁམས་དཀར་དམར་གྱི་དོད་དུ། རྩ་བ་དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་  
 ཅན་ལ་ཨ་ལི་གཉིས་ཕྱི་ནང་དུ་བཀོད་པའི་ལྷགས་དང་། ཨ་ལི་ལས་རྩ་བ། ཀ་ལི་  
 ལས་ཉི་མ་བསྐྱེད་པའི་ལྷགས་གཉིས་བྱུང་བས། ཕྱི་མ་ལུ་བ་པའི་ལྷགས་ལྟར་སྐྱབས་  
 ཐབས་འདིར་མཛད་དོ། །དེ་ཡང་ལྷ་ཚྱུ་གས་པརྩ་རྩུང་དུ་ཡི་དབུས་སུ། རྩ་བ་ལ་ཨ་  
 ལི་དཀར་པོ་ཚར་གཅིག་གཡས་བསྟོར་དང་། ཚར་གཅིག་གཡོན་བསྟོར་རིམ་པ་གཅིག་  
 ཏུ་མཚན་སོ་གཉིས་གྱི་རོ་བོ་མེ་ལོང་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་དང་། དེའི་སྟེང་དུ་ཉི་མ་ལ་ཀ་ལི་  
 སོ་བཞི། ཏ་རྩ་ད་རྩ་ཡ་ལ་དང་བཅས་དམར་པོ་ཕྱག་གཉིས་གཡས་དང་གཡོན་དུ་རིམ་  
 པ་གཅིག་གིས་བཀོད་པ་དཔེ་བྱད་བརྒྱད་ཅུའི་རོ་བོ་མཉམ་པ་ཉིད་གྱི་ཡེ་ཤེས། དེ་ཡང་  
 བཀོད་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་འགའ་འདུག་ཀྱང་། ཁ་ནང་དུ་ལྟ་བའི་དབྱངས་དཀར་པོ་བཅུ་  
 དུག་ཚར་གཅིག་གཡས་རོས་ནས་བསྟོར་རྩ་བའི་རྒྱབ་ཕྱེ་ཅམ་བར་དང་། དེ་ནས་ཨུམ་ ཨྱི་  
 ཨྱོ་ཨྱོ་ཨྱི་ཨྱི་སོགས་ལྷགས་ལྟོག་ཚར་གཅིག་གཡོན་རོས་ནས་བསྟོར་བ་བདུན་

(མདུན)བད་ཅིང་གཅིག་བཞོན་དེ། སྒྲིམ་འབྲུང་ལས། ལུས་ཀྱི་རྩ་གཡོན་དང་།  
 གཡས་སུ་བྱང་སེམས་འབབ་པའི་ཅིང་པ་དང་ཡང་མཐུན། གསལ་བྱེད་བཞི་བརྩ་  
 ཡང་དེ་བཞིན་བཞོན་དེ། དེ་ཡང་རྒྱ་བ་དང་ཉི་མ་ལ། གཟུགས་བརྒྱན་ཤར་བ་བཞིན་  
 བསྐྱོམ་དགོས་པར་གསུངས། གཞན་རྒྱ་བ་ལ་དབྱངས་སྤེལ་ཏེ་བཞོན་པའི་ལུགས་  
 དང་། དབྱངས་ཕྱག་གཉིས་ཀ་གཡོན་བསྐྱོར་དུ་བྱེད་པའི་ལུགས། དེ་བཞིན་ཉི་མ་  
 ལ་གསལ་བྱེད་ཀྱང་ལུགས་འབྲུང་ལྡོག་སྤེལ་བའི་ལུགས་དང་། གསལ་བྱེད་བཞི་བརྩ་  
 གཡས་སུ་བསྐྱོར་བ་ཁོ་ནའི་ལུགས་སྤྲང་སྟེ། ཕྱན་གྱི་རིག་པ་ལ་ནི་སྤྲ་མ་དེ་རང་ལ་  
 འབབས་ཏེ། མཛོན་བརྗོད་ལས། ཨ་ལི་ཀ་ལི་ལུགས་འབྲུང་དང་ལུགས་ལྡོག་གི་  
 རྩལ་དུ། ཉིས་ལྷ་བ་རྩ་བས་ལ་ཞེས་པ་ལྟར། དབྱངས་གསལ་སོ་སོར་ཉིས་བལྟབས་  
 སུབ་བ། ལུ་ཉི་པའི་སྒྲུབ་ཐབས་གཙུག་མོར་ནས་ཀྱང་བཤའ། གསལ་བྱེད་ལྷག་པོ་  
 དུག་བསྐྱན་རྩལ་ཀྱང་གཙུག་མོར་བཞིན་མཛད་འདུག་པས་སོ།།

**གཉིས་པ། རྩལ་སུ་རྣལ་འབྱོར་ནི།** རྒྱ་ཉི་དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་རང་གི་སེམས་  
 ཀྱི་རྒྱ་ད་ཞུགས་པ་ལས། རྒྱ་ད་དེ་ལས་མུས་མཆེད་ཀྱི་ཐིག་ལེ། རྒྱ་ཆོས་ཉའི་མགོ་  
 བོ། དེ་ལས་ཉའི་ལུས། དེ་ལས་ཞབས་ཀྱི་འམ་ཨྱ་གྲུབ་པ། རྒྱ་ཡིག་རྒྱ་དོ་རྩེ་  
 སེམས་དཔའི་རང་བཞིན། འོད་ཟེར་ཁ་དོག་ལྷ་འཕྲོས་པས་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཡེ་  
 ཤེས། དེ་ལས་འོད་ཟེར་སྒྲ་ཆོགས་འཕྲོས་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱིན་  
 རྒྱབས་བསྐྱུས་རྒྱ་ལ་ཐིམ། དོ་རྩེ་སྒྲ་པོ་ཅེ་ལྷ་པ་ལྟེ་བར་རྒྱ་གིས་མཚན་པ། དེ་ལས་

ལྷ་སྒྲོལ་འགྲོ་བའི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་ལྟར་བྱས། རྒྱལ་པོ་བཅུ་ཉིད་པ་འཛོམས་གསལ་སྤྲོད་དང་ས།  
 ཐབས་ཤེས་སྒྲོལ་བའི་མཐུས་ལྟ་སྟེ། རྒྱུ་གི་རྒྱ་དུ་ལ་ཐིམ་པ་བྱ་བ་གྲུབ་པའི་ཡེ་ཤེས། འདི་  
 བློ་པ་མའི་ཁམས་དཀར་དམར་གྱི་དབུས་སུ། བར་སྤྱིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ལྷགས་པའི་ཆོས་  
 མཚུངས། ཉི་ཁྲི་དཀར་དམར་ཐོབ་བྱ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ཀྱི་མཚོན་  
 བྱེད་དབུངས་སོ་གཉིས་དང་། གསལ་བྱེད་བརྒྱད་ཅུ་ཉིད་དབུས་སུ། རང་གི་སེམས་  
 ཉིད་རྒྱ་དཔེ་གཟུགས་མཚུངས་ལྷགས་ཏེ། གནས་སྐབས་ཀྱི་མཚོན་དོན་དོན་རྒྱུ་ཡིག་  
 དང་བཅས་པ་ལ། སྐྱེ་ཡོངས་རྫོགས་གྲུབ་པ་ནི། གཞི་སྟེ་བ་སྤྱོད་བྱེད་སྤྱུལ་སྤྱུ་  
 ལམ་འཁྲུང་། རྣལ་འབྱོར་བཞི་ལས་རྗེས་སུ་རྣལ་འབྱོར་རོ།

བདེ་མཚོག་རང་གི་ཅ་བཤད་རྒྱུད་འབྲེལ་སོགས་ནས། མཛོན་བྱང་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་སྐབས་  
 རྒྱུ་ཁོ་ན། རྒྱ་དུ་ལས་གྲུབ་པ་འདི། གཟུགས་གྲུབ་པའི་གནས་སྐབས་དང་སྤྱིར་ནས་  
 བཤད་དེ། རྣམ་འབྱུང་ལས།

མི་བསྐྱེད་གཟུགས་ཀྱི་རུར་རུར་པོ།  
 མེར་མེར་པོ་ནི་རིན་ཆེན་འབྱུང་།  
 དཔག་མེད་མགོན་ཡང་ལྟར་ལྟར་པོ།  
 དོན་ཡོད་གྲུབ་པ་གོར་གོར་པོ།  
 འཁྲང་གྲུར་རྣམ་(པར)སྤྲང་མཛོད་དེ།  
 རྣམ་པ་ལྟ་འདི་བསྐྱེད་པ་ཡིན།

ཞེས་བཤད་ཀྱང་། ཡ་བྱ་ག་རས་མན་ངག་སྟེ་མར། རྩྱུ་ཡིག་ལས་དོན་ཅེ་ལྟ་པ་  
བྱས་ནས་བསྒྲིམ་པ། ཐུགས་ཐུག་མཚན་ལ་བྱང་རྒྱལ་པའི་བཤད་པ་ལྟར་འདིར་ཡང་  
མཛད་པར་འདུག

དེ་ནས་གསུམ་པ། **འིན་རྒྱལ་འབྱོར་ལ།** རྟེན་དང་བརྟེན་པ་རྟོགས་རྒྱལ། དེ་  
རྒྱས་པར་གསལ་འདབ་རྒྱལ། དེའི་དག་པ། གོ་བགོ་བ། ཡེ་ཤེས་པ་བརྩལ་ཅིང་  
དབང་བསྐྱར་བ། མཚོད་བསྟོད་དོ།

**དང་པོ་ནི།** རྒྱལ་ཅིག་བསྐྱེས་སྤྲུགས་གསུམ་བཅོད་དེ། དང་པོ་ཨོྭ་ཨྭ་རྩྱུ་  
གསུམ་བཅོད། རྒྱ་ཉི་མ་བོན་ཐུག་མཚན་དང་བཅས་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས། ཐུགས་  
གཉིས་པ། ཨོྭ་སང་བྱི་ར་ཡེ་གི་རྩྱ་ཀྲ་ཡ་ལྟ་ཀའི་བཅོད་སྤྱུ་ལྟ་ལྟ་ཨྭ་གོ་ཉྱེ་ཉྱེ། བཅོད་  
དེ་སྤྲུགས་དོན། དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་དོན་ཅེ་  
རང་བཞིན་གྱི་བདག་ཉིད་ངོ་མཉེ། ཐུགས་བརྩའི་དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་གསང་གསུམ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ངོ་མཉེ། །ཞེས་གཟུགས་སྐྱུ་ལ་ངར་རྒྱལ་བཞག  
སྤྲུགས་ཚན་གསུམ་པ། ཨོྭ་བཅོད་ལྷུང་། སང་རྩམ་། བཅོད་ལྷུང་ཉྱེ་ཉྱེ། ཐུགས་  
དོན། ཆོས་ཐམས་ཅད་དོན་ཅེ་ལྟར་དག་པ་དག་པའི་དོན་ཅེ་ངོ་མཉེ་ཞེས་ཏེ། གཟུགས་སྐྱུ་  
དེ་དང་བདེ་སྟོང་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དོན་ཅེ་ལྟར་དག་པ་དེ་ཆོས་སྐྱུ་ལ་ངར་རྒྱལ་བཞག་ནས།  
རྒྱ་ཉི་མ་བོན་ཐུག་མཚན་དང་བཅས་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས། ཉེ་རུ་གའི་དཀྱིལ་  
ལའོར་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་ཐམས་ཅད་དུས་གཅིག་ལ་རྟོགས་པར་བསྒྲིམ་པ་ནི། ཆོས་

གྱིད་བྱིངས་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ནོ། །འདི་སྐབས་གོང་ལོག་ཅུང་ཟད་སྡེབ་སྟེ་བཤད་ན། རྩི་  
ཆོས་གྱི་གྲགས་པའི་བཞེད་པ་སོགས་དང་མཐུན་པས་དེ་ལྟར་བཤད།

**གཉིས་པ། དེ་རྒྱུས་པར་གསལ་འདེབས་རྒྱལ་ནི།** སྤར་གྱི་སྤྱང་འཁོར་  
བསྐོམ་པ་དང་བཅས་མཚན་འཛིན་སྤྱིང་ཕྱིར། སྤ་བྲུ་མའི་སྤ་གས་གྱིས་སྤྱོད་པར་སྤྱངས་  
པ་ཡིན་ཀྱང་། ད་ལམ་སྤྲད་ཅིག་གིས་རྟེན་(དང་)། རྩི་རྩི་རྩ་གྲུར་མེ་རི་དང་བཅས་  
པ་སྤར་ལྟར་གསལ་བའི་ལྟེ་བར་འབྱུང་རིམ་དང་རི་རབ་གྱི་སྤྱོད་དུ་སྤ་ཚོགས་པ་ལྟེ་ལྟེ་  
བར་སྤ་ཚོགས་རྩི་རྩི་སྤར་བཤད་པའི་ལྟེ་བར་གྲུ་བཞི་ཆ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་པའི་ལྟེ་བར་གཞལ་  
ཡས་ཁང་གསལ་གདབ་དགོས་ཏེ། མངོན་བརྗོད་ལས།

རྩྱི་ནི་དཀར་པོ་ལས་བྱུང་བའི།

དེ་སྤྱོད་འཁོར་ལོ་བཅས་པ་དག།

ཁང་པ་བཅུ་གས་པ་རྣམ་པར་བསམ།

ཟུར་བཞི་པ་ལ་སྤོ་བཞི་པ།

རྩྱ་བབས་བཞིས་ནི་རྣམ་པར་བརྒྱན།

སོགས་གསུངས་པས། རྩྱི་ལས་མཚན་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྩྱོགས་པའི་གཞལ་  
ཡས་ཁང་གསུངས་པ། སྤ་ཚོགས་རྩི་རྩི་ལྟེ་བསྐོ་ཚད་བཅུ་གཉིས་པའི་ལྟེ་བའི་ཆངས་  
ཟུར་ཕྲད་མཚམས་ནས། སྐོ་ཚད་བཞི་འདས་པ་ནས་ཅིག་པ་ནག་ ལྷང་། དམར།  
མེར། དཀར་བའི་རིམ་པ་ལྟ། ཅིག་པ་རེ་རེ་ཞེང་ནི་སྤོའི་ཉི་ཤུ་ཆར། ལྷ་ཀ་ལ་

ཆ་སྤྲན་ནས་བཞི་ཆ་གཅིག དཔངས་སུ་ཆ་སྤྲན་བཅུ་གསུམ། རོས་ཀྱི་དབུས་སུ་  
 ཚངས་ཐིག་གི་གཡམས་གཡོན་དུ། ཆ་སྤྲན་གཉིས་རེ་མ་གཏོགས་བྱུ་བཞི་ཡོད་པ། གཡམས་  
 གཡོན་ཆ་སྤྲན་གཉིས་གཉིས་སྡེ་མ་པའི་བཞི་པོ་སློ་ཚད་དེ་ཕྱོགས་བཞིར་སློ་བཞི། དེ་  
 ཡང་ནད་གི་ཕྱི་ག་སྡེ་ནས་ཆ་ཆེན་གཅིག་ཕྱིར་སོང་བའི་སློ་ཁྱད། དེ་ནས་གཡམས་གཡོན་  
 དུ་ཆ་སྤྲན་གཉིས་རེ་སོང་བའི་སློ་འབྲམ། དེ་ནས་ཕྱིར་ཆ་སྤྲན་གཉིས་རེ་སོང་བའི་སློ་  
 ལོགས། སློ་ལོགས་ཀྱི་ཕྱི་ག་སྡེ་ནས་སྡེ་ཚོགས་དྲེང་འུ་བའི་ཟད་མཚམས་བར་ཆ་  
 སྤྲན་གཅིག་ཡོད། ཕྱི་ག་པ་ནད་མའི་ནད་མ་རིང་བ་དང་། ཕྱི་མ་ཐུང་བའི་གསེག་ཀ་  
 གཅིག་བཤད་ཀྱང་། རང་ལུགས་ལ་འདྲིར་མི་བཞེད་དེ། སློ་ལོགས་ཀྱི་ཕྱི་ག་པའི་  
 རད་ཕྱི་ག་པ་དང་བཅར་བའི་ཀ་བ་ཆ་སྤྲན་གཅིག་པ། སྲིད་ཆ་སྤྲན་བཅུ་གཅིག་ཡོད་པ་  
 གཉིས་བཅུ་ག དེའི་སྤྱིང་དུ་ཡ་ཕུག་འདེགས་པའི་གཤུང་དཔངས་ཞེང་ཆ་སྤྲན་གཅིག་  
 སྲིད་ཆ་སྤྲན་བརྒྱད་པ་བཏང་བའི་སྤྱིང་དུ། ཕྱོགས་ཀྱི་ཕྱི་ག་པ་དང་ལུས་མཐུད་ཀྱིས་ཕྱི་ག་  
 པ་དཔངས་ཆ་སྤྲན་བཞི་ཡོད་པ་བཏང་བ། ཡ་ཕུག་མདུན་རོས་རེར་(དེར)བྱ་བ་བྱ་བྱེད་  
 ཡོད་པས། ཕོ་བྲང་གི་ཕྱི་ག་པ་གཞན་ལས་ཆ་སྤྲན་གསུམ་གྱིས་མཐོ་བ། ཡ་ཕུག་  
 འདེགས་པའི་ཀ་བ་བཤད་པའི་རྩ་བ་ནས་ཕྱི་ག་པའི་རྩ་བར་ཆ་སྤྲན་བཅུ་དྲུག་ཡོད་པ། ཕྱི་ག་  
 པ་གཞན་ཆ་སྤྲན་བཅུ་གསུམ་རེ་སློ་ལོགས་བར་དང་། དེའི་སྤྱིང་དུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཡ་གྲུ་  
 གསེར་གྱི་རང་བཞིན་སེར་པོ་ཆ་སྤྲན་གཅིག་དང་། ཞེང་ཆ་སྤྲན་བྱེད་གཉིས་ཡོད་པ། ཆ་  
 སྤྲན་བྱེད་ཕྱི་ག་པ་ལས་ཕྱིར་ཁ་བད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པ་ལ། རིན་པོ་ཆེ་དབྱིབས་དང་མདོག་



ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱིན་རྒྱལ་མཛེས་པས་བཏབ་པ། དེའི་སྤྱིང་དུ་ཆ་སྤྲན་གཅིག་གི་སར་རྩོ་  
 སྤྱུག་པོའི་ཀ་བ་དང་། ལུ་ཏིག་དམར་པོའི་བྲེ། དེའི་སྤྱིང་དུ་སྤྱུག་གི་གཞུ། དེའི་  
 མཚོག་མ་གཉིས་སུ་ཤེལ་གྱི་ཀ་རྩུང་། དེའི་སྤྱིང་ལྷུ་རྩུ་སྤྲོན་པོའི་བྲེ། དེའི་སྤྱིང་དུ་  
 དངུལ་གྱི་གཞུ། ཕྱིག་པའི་བྱར་རྣམས་སུ། ཀ་བ་དང་བྲེ་སྤར་ལྟར་ལ། སྤྱུག་གི་  
 གཞུ་བསྐྱོལ་མར་བཏང་བའི་མཚོག་མ་བཞི་ཤེལ་གྱིས་ཀ་བ་དང་ལྷུ་རྩུ་འུའི་བྲེ་བཞི། དངུལ་  
 གྱི་གཞུ་བསྐྱོལ་མ་བཏང་བ། དེའི་སྤྱིང་དུ་གསེར་གྱི་སྐྱ་རགས་ལེབ་མོ་ཞེང་ཆ་སྤྲན་  
 གཅིག་ཡོད་པ། འདི་ཡང་ཀ་བ་ནས་སྐྱ་རགས་ཀྱི་བར་བཞི་བརྟེན་པའི་ལུགས་  
 ཀྱང་ཡོད། ཆ་གཅིག་རྒྱ་འདོད་པ་ཡང་། རྩོགས་བཞིར་སོ་སོར་ཕྱིག་པའི་གསེར་གྱི་  
 སྐྱ་རགས་བཞི་འདོད་པ་ཡང་ཡོད། ཀ་བ་ཀ་གཞུ་དང་བཅས་པར་ཆ་སྤྲན་གཅིག་དང་།  
 སྐྱ་རགས་ཆ་སྤྲན་གཅིག ག་གུ་ལ་གཅིག ཕྱིག་པ་བརྩུ་གསུམ་བཅས་བརྩུ་དུག  
 གཞུལ་ཡས་ཁང་གི་ནང་གི་རྒྱ་སྤྱིང་ལ་འང་ཆ་སྤྲན་བརྩུ་དུག་ཡོད་པས་རྒྱ་སྤྱིང་དཔངས་མཉམ་  
 གྱི་ཕུབ་རྒྱུལ་ལོ། །དེ་ཡང་ག་གུ་དང་བྱ་བ་གཞི་སོགས་སྒོ་ལོགས་བར་དུ་བཏང་བ་བཤད་  
 རྒྱུ་དོན་རྩེ་སྤྱིང་བའི་ལུང་།

མདའ་ཡབ་རྣམས་ནི་ལོགས་ཅན་དང་།

ཞེས་སྒོ་ལོགས་ཀྱི་ཕྱེ་བར་བཏང་བ་དཀྱིལ་ཚོག་རྩོར་སྤྱིང་དུ་བཤད་པ་ལྟར། སྒོ་ལུང་  
 ཀྱི་ཕྱིག་པའི་སྤྱ་སྤྱི་ནང་གཉིས་སུ་ག་གུ་དང་། གསེར་གྱི་སྐྱ་རགས་ལ་མཐུང་བའི་གཏུང་  
 ཐུང་གཉིས་འཕྲེད་ལ་བཏང་བ། དེའི་སྤྱིང་དུ་ཡང་བྱ་བ་སྤྱིང་(བཞིས་)དགོས་པར་

མཛོན། གདུང་ཐུང་ཕྱི་མའི་གདུང་འོག་དང་། སྒྲིའི་ཡ་ཐེམ་གྱི་བར་དུ། དཔངས་  
 ཞེང་ལ་ཆ་ཕན་ན་རེ་རེ་ཡོད་པའི་འཁོར་ལོ་དཀར་པོ། རིན་པོ་ཆེ་སེར་པོ། པར་དཔར་  
 པོ། སྒྲུ་ཚོགས་དོན་རྒྱུང་གུ་རྒྱམས། སྤྱིང་འོག་ཏུ་ཉིས་བཅེགས་སུ་ཡོད་པ། སྒོ་  
 འབྲམ་པན་ཚུན་དང་། ཡ་ཐེམ་མ་ཐེམ་རྒྱུ་ཞེང་ལ་ཆ་ཕན་ཕྱིད་རེ་ཡོད་པ། སྒོ་  
 སྒྲིགས་ཞེང་ལ་ཆ་ཕན་ཕྱིད་གཉིས། སྤྱིད་ཆ་ཕན་བཅུ་རེ་ཡོད་པ་གཉིས་འབྱེད་སྒྲོམ་  
 བར་ནས་ཕྱིད་ཅིང་། ཕྱི་བ་ན་ཕྱིར་གྲུས་ནས་འགྲོ་བ། དེ་ལྟ་བུའི་གཞལ་ཡས་ཁང་  
 གི་དབུས་སུ་སྒྲུ་ཚོགས་པར། ཚངས་ཐིག་ནས་ཆ་ཆེན་གཅིག་བསྒྲོར་བའི་ལྟེ་བ་ལྟར་  
 གྲུ། གོ་སར་ཆ་ཕན་གཅིག་སེར་པོ། པར་འདབ་མ་བརྒྱད་ཚྭ་གས་བཞིར་དཔར་  
 ཞེང་། མེ་རྒྱུང་སེར་པོ། ལྷོ་རུབ་ལྟར་གྲུ། བྱང་ཤར་སྒོན་པོ་ཅན་ཆ་ཆེན་གཉིས་  
 པ། དེའི་ཕྱིར་ཆ་ཕན་གཅིག་གི་སྤྱུ་ལྟར་སྒོན་པོ་ལ་གྱི་གུག་གི་སྤྱིང་བས་བསྒྲོར་བ། དེའི་  
 ཕྱིར་རྩ་ཐིག་གི་བར་ཆ་ཆེན་ཕྱིད་ནི། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་བྲམས་ཏེ། ཤར་སྒོ། བྱང་  
 ལྟར་། རུབ་དཔར་། ལྷོ་སེར་བའི་ཕྱོགས་མདོག་ཅན་ནོ། །སྤྱིང་པོ་པར་འཐུང་  
 ཕྱོགས་མཚམས་ཀྱི་འདབ་མའི་བར་དེར། སྤྱུ་ལྟར་གྱི་སྤྱིང་དུ་བཅུག་པའི་ཀ་བ་ཆ་ཕན་  
 རེ་ཡོད་པ། སྤྱིད་ལ་ཆ་ཕན་བཅུ་གསུམ་ཡོད་པ་བརྒྱད་བཅུ་གས། དེའི་སྤྱིང་དུ་བྲེ་  
 ཕུལ་གཞུ་ཐུང་། གཞུ་རིང་གདུང་འཁོར་དང་བཅས་པར་ཆ་ཕན་གསུམ་སྟེ་ཁྱོན་བཅུ་  
 ཉུག་ཡོད་པ། དེ་ཡང་གདུང་རྒྱམས་པར་འཛིན་སྤྱུ་ལྟར་བཞིན། ལྷུ་པོ་ཐང་མཚམས་  
 སུ་ཀ་བས་བཏེགས་པ་ལ་ཡང་གྱི་གུག་གི་མཚན་མ་ཡོད་པ། དེའི་སྤྱིང་དུ། ཕྱོགས་

དེ་ལྟམ་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་རེ། ཟུར་བཞི་ཟུར་ལྟམ་ཁ་པོ་རེ་རྣམས། ཕྱི་སྒྲེ་ལ་ཆུ་སྤྲིན་  
 མ་ག་རའི་ཁ་ཡོད་པ། གསེར་གྱི་སྒྲེ་རགས་ལ་བཀལ་བ། སྒྲེ་མོ་ཆ་ཕན་སྟེང་  
 གཉིས་ཕྱིར་ཐལ་བ། བད་གི་སྒྲེ་གདུང་རྒྱུ་ལ་བཀལ་བའི་ཆ་ཕན་གཅིག་བད་དུ་ཐལ་  
 བའི་སྒྲེ་མོ་ཁོར་བུ་འོད་འབར་བས་མཛེས་པ། སྒྲོ་ཁྱུང་གི་སྟེང་དུ་སྒྲེ་གཉིས་ཀར་ཆུ་སྤྲིན་  
 གྱི་ཁ་ཡོད་པའི་ལྟམ་གཉིས་འཕྲེད་ལ་བཏང་བ། སྒྲོ་ཁང་གི་ལྟམ་རྣམས་གཞུང་ལ་བཏང་  
 བའི་ནང་སྒྲེ་སྒྲོ་འཁྱུང་གི་གདུང་ཕྱི་མ་དང་། ཕྱི་སྒྲེ་སྒྲོ་འི་ཡ་ཕུག་གི་སྟེང་དུ་འགོ་བས་  
 ཆུ་སྤྲིན་གྱི་ཁ་མི་དགོས། འོན་ཀྱང་སྒྲོ་འབྲམ་གཡམས་གཡོན་གྱི་སྟེང་དུ་འགོ་བའི་ནང་  
 སྒྲེ་རྣམས་ལ་ཆུ་སྤྲིན་གྱི་ཁ་བྱ། སྒྲོ་ལོགས་གྱི་གཡམས་གཡོན་གྱི་སྟེང་སྒྲེ་ལ་ཆུ་སྤྲིན་གྱི་  
 ཁ་ཡོད་པའི་ལྟམ་ཐུང་བད་ཕུར་ལྟ་བུ་བཙུགས་པ། དེ་ལྟ་བུའི་སྟེང་དུ། རིན་པོ་ཆེའི་  
 གཤམ་མ་དང་། རིན་པོ་ཆེའི་འཛིམ་པ་ཐོག་ཁོད་སྒྲོམས་པ་ཕུག་པའི་དཔངས་ཆ་ཕན་  
 གཅིག དེའི་མཐའ་ལྟམ་སྒྲེའི་སྟེང་དུ་བ་ཀྱུ་ལི་འམ་ཤར་བུ་སྒྲོན་པོ་ལ། རིན་པོ་ཆེ་  
 དཀར་པོའི་སྒྲི་རྒྱགས་མཆུ་མེད་པ། མགོ་ཐུར་བསྟན་ལྟ་བུའི་འབྱར་དུ་དོད་པ། དཔངས་  
 གཤམ་འཛིམ་དང་མཉམ་པ་ཆ་ཕན་གཅིག དེའི་སྟེང་དུ་གསེར་གྱི་བྱ་འདབ་ཐུར་དུ་སྒྲུབ་  
 པ་ལྟ་བུ་ཞེང་ཆ་ཕན་གཉིས་ཕུབ་པ། འོག་གི་འདོད་སྒྲུམ་ཁེབས་པ། སྒྲོ་ཁྱུང་དང་སྒྲོ་  
 འབྲམ་ཕྱིག་པའི་བྱ་འདབ་སྒྲུམ་འཛིང་བྱུང་སར་ཇེ་མཛེས་བྱ། ལྟམ་སྒྲེའི་ཆུ་སྤྲིན་གཅིག་  
 རས་གཅིག་གི་ཁར་རིན་པོ་ཆེའི་སྟེང་བ་དྲུ་བ་ཉིས་གཤིབས་སུ་འཕྱུང་བ། ཁའི་དཔུས་  
 ཁ་དྲུ་ཕྱེད་སྒྲུམ་གཤིབས་གྱི་སྒྲེ་མོར་ཁོར་བུ་སྒྲོམ་པོ། ར་གཡམ་བོར་བུའི་ཡུ་བ་ཅན།

དྲིལ་ཆུང་རྣམས་སྤེལ་མར་འཕྲང་བའི་སྤྱོལ་པ་གྱའི་མཚམས་སུ་སྤྲེགས་པ། ནྭ་བའི་  
 བྱག་ས་ཕྱི་མའི་དབུས་སུ་ནོར་བུ་ཆེ་བ། གཡས་གཡོན་དེ་ལས་ཆུང་ལོགས་དང་། བྱག་  
 པའི་ནང་སྤྲོད་དུ། རྒྱ་ཕྱེད། དེ་ཐེ། རིན་པོ་ཆེའི་མཚན་པ། བྱ་འདབ་གྱི་འོག་  
 ཏུ་གསེར་གྱི་མེ་ལོང་ལ་གཏགས་པའི་གོས་ཁ་དོག་སྤྲོ་ཚོགས་གྱི་འཕེན་གྱི་ཕུ་ཁ་བསྐྱིགས་  
 པ། བྱ་འདབ་གྱི་ཐོག་གའི་ཆུ་བའི་སྤྲོད་དུ་མདའ་ཡབ་དཀར་པོ་དཔངས་ཞེང་གཉིས་  
 ཀར་ཆ་ཕྱན་རེ་རེ་ཡོད་པ། དབུས་མཐོ་ཞིང་དབུངས་པ་ཆུང་ཟད་དམའ་བ་བསྐྱིགས་  
 (པ)། ཁང་པའི་ཕུ་ལུ་ལྟ་བུ་གྱེན་དུ་ལངས་པ། དེའི་ཕྱོགས་བཞིར་གསེར་གྱི་བུ་མ་  
 པ་ཆ་ཕྱན་གྱེད་རེ་ཡོད་པ་ནས་ཐོན་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཡུ་བ། ཆེ་མོར་རྒྱ་ཕྱེད་དཀར་པོ།  
 རིན་པོ་ཆེ་སེར་པོ། དེ་ཐེ་སྤྲོན་པོ་ཆེ་ལྟ་བུ། དེ་སྤྲུམ་ཏྲིག་དང་ཡུ་བའི་མཚམས་ནས་  
 ལྷ་རྩེས་གྱི་གོས་སྤྲོད་ཡུག་གཅིག་སྤྲོད་སྤྲུམ་ཤག་བྱས་པའི་སྤྱོལ་ར། སེངྒེ་རྒྱུད་པ་  
 བརྒྱད་པ་ཉ་སྤྱ་སྤྱེས་པ། ལུས་དྲུང་ལ་མགོ་ཆུ་སྤིན་ཡོད་པ་སོགས་དེ་ཐེ་སྤྲོད་བར་  
 བཤད་པ་ལྟར་ཏེ། སྤོག་ཆགས་གྱི་མཚན་མ་ཡོད་པ། རྒྱལ་མཚན་མེད་པ་བ་དན་ཏེ།  
 ཕྱོགས་རེར་གཉིས་གཉིས་སྤེལ་མར་བཅུགས་པ་རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད་པའི་ཆོ་ཕྱོགས་གསུམ་  
 དུ་བསྐྱོད་ཅིང་འཁྲིང་བའི་བ་དན་བརྒྱད། རྒྱལ་མཚན་བརྒྱད། ཟུར་བཞིར་མདའ་  
 ཡབ་གྱི་སྤྲོད་དུ་སྤྲེལ་མཇུག་མ་ཕྱི་ལ་འཕྲང་ཞིང་ཁ་ནང་དུ་བསྤྲན་པ། གདུགས་འཛིན་  
 པ། གདུགས་ཏྲིག་དང་བཅས་པའི་དཔངས་ཆ་ཕྱན་གསུམ། གདུགས་གཡོགས་  
 ཆ་ཕྱན་གྱེད་དང་གཉིས། གདུགས་གཡོགས་གྱི་ཕྱིར་དྭ་བ་དྭ་ཕྱེད་ཉི་ལེ་ལེ་འཕྲང་བ།

ཅིག་པའི་ཅུ་བར། སྒོ་བྱུང་གི་ཕྱི་འཁྱུག་སར་ཁྲིགས་སེའགྲོ་བའི་དཔངས་ཞེང་ཆ་ཕན་  
 གཉིས་རེ་ཡོད་པའི་འདོད་སྒྲུལ་དམར་པོ་ལ། ལྷ་མོ་བཙུངས་གིས་མཆོད་ཇུས་ཐོགས་  
 བས་ཞལ་ནང་དུ་ཕྱོགས་པས་དགྲིལ་འཁོར་བར་མཆོད་པ། ཕྱི་ནང་གི་བྱུར་རྣམས་སུ་  
 རྒྱ་ཕྱེད་ལ་གནས་པའི་རིན་པོ་ཆེ་དང་དོ་རྩེས་སྤྲུལ་པ། བུ་གི་ཀ་བ་བརྒྱད་ཀྱི་སྟེང་  
 དུ་འདྲ། ཀ་བྱང་ཆ་ཆེན་ཕྱེད་རེ་ཡོད་པ་བརྒྱད་བཙུགས་པའི་སྟེང་དུ། ཐལ་གཏུང་  
 སྒོལ་མ་བཞི་དང་། གཏུང་རྒྱུམ་བརྒྱད་བཏང་བའི་ཅུར་རི་ལྟར་མཛེས་པའི་དབུས་བྱུར་  
 བྱར་གྱུར་བའི་རྒྱ་ཕིབས་ལྷ་བྱའི་ཅེ་མོར། དོ་རྩེ་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེའི་རྟོག་དང་བཅས་པ།  
 འདིའི་སྒྲོར་སངས་རྒྱས་གསང་བས།

ཕྱི་དབྱིབས་མཆོད་རྟེན་མཁར་ཐབས་དང་།

རྒྱལ་ཁང་རི་བོའི་གུར་དུ་འདོད་།

ཅས་པ་ཙམ་ལས་ཆད་སོགས་གསལ་ལ་བར་མ་མཐོང་ནས་བོད་རྣམས་ཅི་རིགས་པར་གསུངས་  
 གང་། སྒོར་ཅི་མཛེས་བྱ། དེ་ནས་སྒོ་བཞིར་རྟ་བབས་བཞི་ཡོད་པ་ནི། འོག་གཞི་  
 སྒྲུ་ཆོགས་དོ་རྩེའི་རྩ་བར་ནས་ཐོན་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཐེམ་སྐྱས་འདོད་པ་དང་མི་འདོད་པའི་ལུགས་  
 འདུག ཐེམ་སྐྱས་འདོད་པའི་ལུགས་ཀྱང་། སྦྱོང་(སྦྱོང་)རྒྱུད་ལས།

ཐེམ་སྐྱས་བཞི་ཡི་ཕྱེད་བས་བརྒྱན།

ཞེས་ཁྱུངས་ནི་སྤང་མོད། མི་འདོད་ཀྱང་། སྒྲུ་ཆོགས་དོ་རྩེ་ཡི་ར་ཡི་ཅུ་བར་ལྟེ་བ་  
 དང་བཅས་པའི་སྤྲུལ་བྱ། སྤྱི་དུ་ཆ་ཕན་བཙུངས་ཡོད་པའི་ཞེང་ཆ་ཕན་གསུམ། དཔངས་

ལྷ་ཚོགས་དྲེད་ཀྱི་ལྷ་བའི་དཔངས་དང་མཉམ་པ་བཏང་། དེའི་སྤྱོད་གཉིས་ཀྱི་སྤྱོད་དུ།  
 དཔངས་ཆ་ཕྱན་གཉིས་པ་ཞེང་ཆ་ཕྱན་གསུམ། བྱུ་བཞིར་བྱས་པ་གཉིས་ཡོད་པ། དེའི་  
 སྤྱོད་དུ་གསེར་གྱི་བུམ་པ་དཔངས་ཞེང་ཆ་ཕྱན་བྱེད་རེ་ཡོད་པ་ནས་ཐོན་པའི་ཀ་བ་རྩ་ལྟར་  
 དབུས་ལྷིང་། སྟོད་སྟོད་ཕྱ་བ་བུམ་པ་ཀ་བ་བཅས་པའི་དཔངས་ཆ་ཕྱན་ལྷ་པ། སྤྱོད་གསེར་  
 རེར་གཉིས་གཉིས་ཏེ་བཞི། བཞི་ཀ་བ་སྟོམས་པས་བཅུ་དུག དེའི་སྤྱོད་དུ། ཚངས་  
 ལས་ཆ་ཕྱན་བྱེད་དུག་པའི་མཚམས་སུ། ཆ་ཕྱན་བྱེད་གསུམ་པའི་ཤར་བུ་གཞི་སྟོན་པོ་  
 ལ། རིལ་བའི་རྒྱམ་པ་དཀར་པོས་སྒྲིས་པ། ཕྱི་མཐའ་ནས་ཕྱི་མཐའ་ཆ་ཕྱན་བཅུ་  
 དུག་པ། དེའི་སྤྱོད་དུ། ཚངས་ལས་གཡས་གཡོན་ཆ་རྒྱུད་དུག་དོར་བར། ཆ་  
 རྒྱུད་གསུམ་པའི་སྒྲིམ་བུ་གཉིས་ནི། རིན་པོ་ཆེ་གཞི་དམར་པོ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱོད་གསེར་  
 ཀྱི་ཕྱ་བཀོད་པ་དང་། རྩ་མིག་ལྷང་གུ་ལ། རྩའི་མིག་པའི་རི་མོ་ཡོད་པ། དེའི་  
 སྤྱོད་(དུ)། གསེར་སྒྲིམ་ཕྱི་མཐའ་དེ་དང་མཉམ་པ། བྱང་མཐའ་ཚངས་ལས་  
 གཡས་གཡོན་ཆ་རྒྱུད་བཞིའི་སར་སྤྱོད་པས་པ། གསེར་སྒྲིམ་རང་གི་(སའི) སྤྱིད་ཆ་ལྷ་  
 པ། སྒྲིམ་བུ་དེ་གསུམ་ཕྱི་མཐའ་ནས་ཕྱི་(མཐའ)ཆ་རྒྱུད་བཅོ་བརྒྱད་པ། དེའི་སྤྱོད་  
 དུ། ཚངས་ལས་གཡས་གཡོན་ཆ་རྒྱུད་བཞི་དོར་བར། ཆ་རྒྱུད་བྱེད་ལྷ་ཡོད་  
 པའི་རྒྱ་སྤྱིན་གྱི་ཁ་ནས་བྱེད་འཕྱང་བ། དེའི་སྤྱོད་ཚངས་ལས་ཆ་རྒྱུད་གསུམ་དོར་  
 བར། གསེར་སྒྲིམ་རང་སྤྱིད་ཆ་རྒྱུད་ལྷ་པ་དེ་(རེ)། རྒྱ་སྤྱིན་གསེར་གཉིས་ཕྱི་མཐའ་  
 ཕྱི་མཐའ་ཆ་ཕྱན་བཅུ་དུག་པ། དེའི་སྤྱོད་དུ། མིག་པ་དང་། རིན་པོ་ཆེ་དང་།

ཡང་མིག་པ་དང་། གསེར་གྱི་སྒྲུལ་བུ་རྣམས་མདོག་དབྱིབས་སྒྲ་མ་ལྟ་བུ། ཚངས་  
 ལས་གཡས་གཡོན་ཆ་སྤྲན་བདུན་རེ་མཉམ་པ། སྤྱི་མཐའ་ནས་སྤྱི་མཐའ་ཆ་སྤྲན་བཅུ་  
 བཞི། དེའི་སྟེང་དུ། ཚངས་ལས་ཆ་སྤྲན་ལྟ་རེའི་སར་སྐྱེབས་པའི་མདའ་ཡབ།  
 སྤྱི་མཐའ་ནས་སྤྱི་མཐའ་ཆ་སྤྲན་བཅུ་པ། གཡས་གཡོན་གྱི་སྤྱོད་གཉིས་སུ། དཔངས་  
 ཞེང་གཉིས་ཀར་ཆ་སྤྲན་རེ་རེ་ཡོད་པའི་པད་འདབ་སྟེང་པའི་དབྱིབས་དཀར་པོ་གཉིས་སྤྱི་ནང་  
 ཏུ་བསྒྲིགས་པ། དེའི་ནང་ཆ་སྤྲན་དུག་གི་སར་མདའ་ཡབ་གྱི་སྒྲུལ་བུ། མདའ་ཡབ་  
 དང་དཔངས་མཉམ་པ། སྒྲུལ་བུ་བཅུ་གཅིག་པོ་འདི་རྣམས་ཞེང་ཆ་སྤྲན་གསུམ་རེ་ཡོད་  
 པ། ཀ་བ་བཞི་ལ་བཀལ་བ་ལས། སྒྲོ་ཁང་ལ་མ་རེག་པ། དཔངས་གསེར་  
 གསུམ་ཆ་སྤྲན་སྟེང་རེ། ཏྲ་མིག་གསུམ་ཆ་སྤྲན་རེ་རེ། གཞན་ལྟ་ཆ་སྤྲན་སྟེང་གཉིས་  
 རེ་ཡོད་པས། ལྟ་མཉམ་གསུམ་གསུམ་མཉམ་པ་ཞེས་པའི་ལུགས་འདི་ཉིད། དབང་  
 བཞིའི་ཆུ་རྒྱུ་དུ་ཐིག་ཅེའི་སྐབས་གསུངས་འདུག་པ་ལྟར་གྲིས་ཀྱི། རང་རེའི་སྒྲོས་  
 བླངས་སོགས་ལ་གཉིས་མཉམ་དགུ་མཉམ་མཛད་འདུག་པ། སྐབས་སྟེང་པར་འཆོལ་  
 ལོ། །མདའ་ཡབ་གྱི་སྟེང་དུ་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་དཔངས་ཞེང་གཉིས་ཀ་ཆ་སྤྲན་གསུམ་  
 རེ་ཡོད་པ། དེའི་གཡས་གཡོན་དུ། རི་དྲགས་པོ་མོ་གསེར་མདོག་ཆ་སྤྲན་གཅིག་  
 པ། དེའི་མིག་གིས་འཁོར་ལོའི་ཕྱིར་བལྟ་བ། དེའི་མཇུག་མའི་སྤྱི་ལོགས་ཀྱི་མངའ་  
 ཡབ་ནང་མའི་སྟེང་དུ། སྤྱི་ཏུ་གཏུགས་འཛིན་པ་རེ་རེ། སྤྱི་མའི་སྟེང་དུ་གསེར་བུམ་  
 ཆ་སྤྲན་རེ་རེ་ཡོད་པ་ནས་ཐོན་པའི་རྒྱལ་མཚན་རེ་རེ་བཅུ་གསུམ་པ། གསེར་སྒྲུལ་གསུམ་

གྱི་སྒྲེ་རྣམས་སྤྱུང་། རྒྱལ་མཚན་དང་བ་དན་སྤྱེལ་བ། མདོར་ན་རྟ་བབས་རེ་རེ་ལ་  
 (དེའི་སྤྱིང་དུ་གསལ་སྒྲུལ་རང་གི་སྤྱིང་ཆ་སྤན་གསུམ་གསུམ་པ་བྱ་བཞི་པ་གཉིས། གྱི་  
 མཐའ་ནས་གྱི་མཐའ་ཆ་སྤན་བཅུ་དུག། བྱང་མཐའ་ནས་བྱང་མཐའ་ཆ་སྤན་བཅུ་པ། དེའི་  
 སྤྱིང་དུ་ཤར་བུ་སྤྲོན་པོ་རིལ་བའི་རྣམ་པས་སྤྲུས་པ། རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲུལ་བྱ་གཞི་དམར་  
 པོ་ལ། རིན་པོ་ཆེ་དུ་མའི་སྤྲ་ཡོད་པ་གཉིས་བྱང་སྤྱིང་ཆ་སྤན་གསུམ། གསལ་སྒྲུལ་  
 ལས་གྱིར་ཆ་སྤན་འཕྱང་བས། བྱང་མཐའ་ནས་བྱང་མཐའ་ཆ་སྤན་བཅུ་གཉིས། དེའི་  
 སྤྱིང་རྟ་མིག་ལྗང་གྲུ། མིག་པའི་རེ་མོ་ཡོད་པ། བྱང་གི་སྤྱིང་ལ་ཆ་སྤན་ལ། བྱང་  
 མཐའ་ནས་བྱང་མཐའ་ཆ་སྤན་བརྒྱད། ཤར་བུ་རིན་ཆེན་མིག་གསུམ་གྱི་གྱི་མཐའ་འདྲ་  
 བར་ཆ་སྤན་བཅོ་བརྒྱད། དེའི་སྤྱིང་དུ་ལུན་སྒྲུལ་འོག་མ་ལ་ཀ་བ་དཔངས་ཆ་སྤན་སྤྱིང་  
 གཉིས་ཞེང་ཆ་སྤན་གཅིག། ལུན་སྒྲུལ་རང་ཆ་སྤན་སྤྱིང་བཞི་གྱི་མཐའ་ནས་གྱི་མཐའ་ཆ་  
 སྤན་བཅུ་བཞི། བྱང་གི་བར་སྤྱིང་ལ་བདུན། དེའི་སྤྱིང་ཁ་རྒྱ། རང་གི་སྤྱིང་ཆ་  
 སྤན་ལ། བྱང་མཐའ་བར་ཆ་སྤན་དུག། གྱི་མཐའ་ནས་གྱི་མཐའ་ཆ་སྤན་བཅུ་དུག།  
 གཞི་སྒྲེ་ཚོགས་དར་ལྗེ་གསུམ་བཅད་བསྒྲིགས་བྱས་པ་ལྟ་བུའི་འབྲུར་འདོད། དེའི་  
 སྤྱིང་ལུན་པ་གོང་མའི་ཀ་བ་ཆ་སྤན་གཅིག་པ། དཔངས་ཆ་སྤྱིང་གཉིས་པ། གྱི་  
 མཐའ་ལུན་པ་འོག་མའི་ཀ་བའི་བྱང་བྱུར་གྱི་ཐད། ལུན་སྒྲུལ་གྱི་སྤྱིང་གྱི་མཐའ་ནས་གྱི་  
 མཐའ་ཆ་སྤན་བཅུ་གཉིས། འོག་གི་སྤྱིང་ཆ་སྤན་གསུམ། ལུན་པ་གོང་འོག་ལ་དྲ་བ་  
 སྤྱིང་ཡོད་པ། དེའི་སྤྱིང་དུ་ཤར་བུ་རིན་ཆེན། མིག་པ་གསུམ་མདོག་རེ་མོ་གོང་



ལྷ་མ་ཐལ་བྱུང་ཆ་སྤྲན་བཅུ་བཞི། དེའི་སྟེང་མདའ་ཡབ་ཀྱི་སྒྲུམ་བུ་གཡམས་གཡོན་དུ་ཆ་  
 སྤྲན་ལྷ་ལྷ་སྟེ་བཅུ་པ། དེའི་གཡམས་གཡོན་དུ་སྟེ་གཉིས་ཀྱི་དཔངས་ཞེང་གཉིས་ཀར་  
 ཆ་སྤྲན་རེ་ཡོད་པའི་པད་འདབ་སྟེང་པའི་དབྱིབས་ཅན་མདའ་ཡབ་གཉིས་ཕྱི་ནང་དུ་བསྒྲིགས་  
 པ། དེའི་བར་གྱི་ཆ་སྤྲན་དུག་གི་བར་སྟོང་ལ་མདའ་ཡབ་ཀྱི་སྒྲུམ་བུ་དཀར་པོ་མདའ་  
 ཡབ་དང་དཔངས་མཉམ་པ། སྒྲུམ་བུ་བཅུ་གཅིག་པོ་འདྲི་རྒྱམས་ཀྱི་སྟེ་ལོགས་ལ་ཆ་  
 སྤྲན་གསུམ་ཡོད་པ། སྟོ་ཁ་ལ་མ་རེག་པ། མདའ་ཡབ་ཀྱི་སྟེང་དུ་གསེར་གྱི་འཁོར་  
 ལོ་དཔངས་ཞེང་གཉིས་ཀར་ཆ་སྤྲན་གསུམ་རེ་ཡོད་པ། དེའི་གཡམས་གཡོན་དུ་རི་དྲགས་  
 གོ་མོ་གསེར་མདོག་ཆ་སྤྲན་གཅིག་པ། དེའི་མིག་གིས་འཁོར་ལོའི་ཕྱེར་བལྟ་བ། དེའི་  
 མཇུག་མ་ཕྱི་ལོགས་མདའ་ཡབ་ནང་མའི་སྟེང་དུ་སྟེ་འུ་གཏུགས་པ་འཛིན་པ་རེ་རེ། ཕྱི་  
 མའི་སྟེང་དུ་གསེར་བུམ་ཆ་སྤྲན་རེ་ཡོད་པ་ནས་ཐོན་པའི་རྒྱལ་མཚན་དང་། བ་དན་  
 སྟེལ་ཏེ་བཅུ་གས་པ། རྟ་མིག་གོང་འོག་གཉིས། རྩ་རྒྱའི་སྟེ་གཉིས་རྒྱམས་སུ་  
 རྒྱལ་མཚན་དང་བ་དན་སྟེལ་མ། མདོར་ན་རྟ་བབ་རེར་རྒྱལ་མཚན་བཞི་རེ། བ་  
 དན་བཞི་རེ། གཏུགས་གཉིས་རེ་སྟེ་ཁྱོན་བསྟོམས་གཏུགས་བརྒྱད། རྒྱལ་མཚན་  
 བཅུ་དུག བ་དན་བཅུ་དུག་སྟེ་སོ་གཉིས་སོགས་རྒྱན་བཀོད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ། རྟ་  
 བབས་ཀྱི་འོག་གྲོག་པའི་ནང་དུ་མིག་གསུམ་དང་། ལྷ་ཕྱི། ལྷ་བ་དུ་སྟེང་སོགས་  
 མཛེས་པ། རྟ་བབས་ཀྱི་གཡམས་གཡོན་སྒྲུ་ཚོགས་རྩི་ལྷེ་བའི་སྟེང་དུ། གསེར་གྱི་  
 བུམ་པ་དཔངས་ཞེང་གཉིས་ཀར་སྟོ་ཚད་རེ་ཡོད་པ་ནས་ཐོན་པའི་དཔག་བསམ་གྱི་ཁྲི། ཡལ་

ག་བདུན་ལྟམ། རྒྱལ་སྤྱི་དེའི་ཕོ་ཆེ་སྣ་བདུན་ཚང་བ་རེ་རེ་སྟེ་བརྒྱད་གནས་པ། དེའི་  
 སྟེང་དུ་སྤྱིན་གྱི་གསེབ་ནས་ལུས་སྟེང་ཐོན་པའི་ལྷའི་བུ་རྣམས་ཀྱིས་མེ་ཏྲ་གི་འཕྲེང་  
 བ་བརྒྱུད་ནས་དགྲིལ་འཁོར་པར་འཕྱོར་བ། དེའི་བར་སྤྱང་གི་མཛམ་མཁར། ལམ་  
 འདིར་གྲུབ་པ་བརྟེས་པའི་སྟེས་བུ་རྣམས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རྣམ་པར་བཞུགས་པར་  
 བསྐྱོམ། གཞལ་ཡས་ཁང་རྒྱ་སྟེང་དཔངས་མཉམ་གྱི་འབྲུབ་ཚུལ་ཡོངས་གྲགས་ལྷིག་  
 སྟེ། དགྲིལ་ཚོགས་དོན་ཤེང་བ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཇོ་ནང་ལུགས། རང་  
 རེའི་སྟོས་སྤངས་ཆེན་མོའི་ཐིག་ལྟར་ན། ཕྱིག་པ་ཁོ་ནའི་དཔངས་སུ་ཆ་བརྟུ་དུག ཡ་  
 གུ་བྱ་སྟེང་སྟོམ་པའི་དཔངས་ཆ་ཕན་བརྟུ་གསུམ་པ་མཛད། དེ་ཡང་། སྟོ་ལྷུང་སྟོ་  
 འགམ་སྟོ་ལོགས་སོགས་(ལ)ཕྱིག་དཔངས་ཆ་ཕན་བརྟུ་གསུམ་(མཛད)། སྟོ་ལྷུང་  
 བང་མའི་ཆ་ཕན་བརྟུ་གསུམ་མཚམས་ནས་གདུང་བཏང་བའི་སྟེང་དུ། ཕྱིག་པ་གདུང་  
 བཅས་ཆ་ཕན་གསུམ་བཏང་ནས། ཡ་གུ་དང་བྱ་བ་བྱ་སྟེང་སོགས་ཚུ་རྒྱགས་སུ། རྒྱ་  
 བཞི་ལམ་པ་ངོ་མཚར་བ་དང་། སྟོ་ཁང་སོགས་ལ་ཆ་ཕན་བརྟུ་གསུམ་ནས་ཐོག་ཡུབ།  
 སྟོ་ལོགས་ཀྱི་ཆ་ཕན་རེའི་ཕྱིར་དོན་འདྲེ་བ་དང་། ཁ་ད་ཆད་དང་། བང་དུ་འདོད་  
 སྣམ་གྱི་འཁྲིས་སུ་སྟེགས་བུ་ཆ་ཕན་རེ་རེ། དེའི་སྟེང་བུམ་པ་ཆ་ཕན་གཅིག དེའི་  
 བང་ནས་ཐོན་པའི་ཀ་བ་བུམ་པ་བཅས་ཆ་ལྡ་པའི་སྟེང་དུ། གསེར་སྣམ་སོགས་གཉིས་  
 མཉམ་དགུ་མཉམ་ལྟར། སྣམ་བུ་ལོག་མ་རྣམས་སྟོ་ཁང་ལ་འཇུག་པ་ལྟ་བུ་གྲུ་བཞི་  
 སོགས་མིན་པ། ལུན་སྣམ་གོང་མའི་ཐོག་དང་སྟོ་ཁང་མཉམ་པ། གསེར་ཤར་

སོགས་གོང་མའི་སྐམ་བུ་བཞི་སྟོ་ཁང་གི་ཐོག་རྒྱ་ཡོད་པ་བསིལ་ཁང་གི་རྒྱམ་པ་སོགས་རོ་  
 མཚར་ཞིང་མཛེས་པར་འདུག་ཀྱང་། ཇི་བཞིན་བཤད་པ་ཐིག་ཙུ་བྱངས་བྱབ་མ་མཛེས་  
 བས། བཤད་མ་ཤེས། སྐྱ་ཚོགས་དོན་དང་པདྨ་སྒྲར་བཤད་ལྟར་གྱི་ཕྱིར་ཆ་ཕྱན་  
 གཅིག་པའི་དོན་དེའི་ར་བ། དེའི་ཕྱིར་ཡེ་ཤེས་གྱི་མེ་ཁ་དོག་སྐྱ་ཚོགས་ཆ་ཆེན་གཅིག་པ།  
 དེ་ལྟར་སྒྲུང་བའི་འཁོར་ལའི་ཕྱི་རོལ་དུ་དུར་ཁྱོད་ཆེན་པོ་བརྒྱད། ཤར་ནས་གཡོན་  
 བསྐྱོར་ཕྱོགས་བཞིར། གཏུམ་དྲག་ ཚང་ཚིང་འབྲིགས་པ། དོན་འབར་བ།  
 ཀའ་རུས་ཅན། དབང་ལྡན་ནས་གཡས་བསྐྱོར་གྱིས་མི་ཟད་བཞད། བགྱིས་ཚལ།  
 ལུན་པ་དྲག་པོ། ཅ་ཅོ་སྟོགས་པ་སྟེ་བརྒྱད། དུར་ཁྱོད་ལ་རྒྱ་སྐྱད་དུ། སྤེལ་བྱ་  
 ཞེས་རོའི་གནས་ཏེ། རོའི་སྟོད་ལམ་རྒྱམ་བཞིའི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་གནས། དེ་ཡང་རོ་  
 མགོ་མེད་གྱིས་འཆག་པ་དང་། འགགས་ཏེ་དཔུངས་པས་ལངས་པ་དང་། འབྲེལ་  
 བས་ནི་ཉལ་བ་དང་། གསལ་ཤིང་སྟོན་པས་ན་འདུག་པའི་བྱ་བ་བྱེད་དོ། །དེས་ན་  
 དུར་གྱི་གནས་ལ་དུར་ཁྱོད་ཅེས་ཟེར་རོ། །སྤྲོམ་འཕྱུང་ལས།

ཀའ་རུས་དང་ནི་མཁུང་གི་ཕུག།

འཕྱུངས་ཏེ་བྱེད་ཆོག་ས་དང་མགོ།

ཐོད་པ་བྱིན་པ་མགོ་རྒྱུ་དང་།

གཅིགས་པའི་མགོ་དང་རུས་པ་དང་།

ཞེས་རོ་དང་རུས་པའི་དུམ་བུ་སྐྱ་ཚོགས་པས་གང་བ་ཤིན་རྒྱུ་འཛིགས་པ་དེར་བྱེད་པར་གྱི་

ཚེས། ཤིང་བརྒྱད། རྩོགས་སྦྱོང་བརྒྱད། རིང་སྦྱོང་བརྒྱད། ཐུགས་མཛེན་ཆུ་  
བརྒྱད། དེར་གནས་ཀྱི་ལྷ་བརྒྱད། སྤྲིན་བརྒྱད། རི་བརྒྱད། མཚོད་རྟེན་  
བརྒྱད། སྤྱབ་ཆེན་བརྒྱད་སོགས་(ཉེ)། དེ་ཡང་སྤྲོམ་འབྱུང་ལས།

ཤར་སོགས་ཤིང་ཨ་ཤུད་ཐ།

ཆུ་ཤིང་(ཨད)ཁྱད་པར་ཨ་ཐུད་ཤིང་།

སྤྲ་ཏེ་བཞེན་ཀར་ཤ།

(ལ)ཐ་ཏེ་པ་རྟ་སར་ཐེ་(བ)ཐ།

ཞེས་བརྒྱད་གསུངས། རྩོགས་སྦྱོང་བརྒྱད་ནི། དབང་པོ་སེར་པོ་སྤྱང་ཆེན། བོར་  
སྤྲིན་སེར་པོ་མི། ཆུ་ལྷ་དཀར་པོ་ཆུ་སྤྲིན། གཤེན་རྩེ་སྤྲོན་པོ་མ་ཏེ། དབང་ཕྱག་  
དཀར་པོ་བ་སྤྱང་། མེ་ལྷ་དམར་པོ་ར་(སྤྲེས)། སྤྲིན་པོ་སྤྲོན་པོ་རོ་ལངས། ལྷ་  
ལྷ་དུད་ཁ་ཤ་བ་ལ་ཞོན་པ་ཐམས་ཅད་གདོང་གཅིག་པ། ལག་པ་བཞེད་དང་པོ་གཉིས་  
ཐལ་མོ་སྦྱར་བ། གཡས་གཉིས་པ་རྣམས་རིམ་པ་བཞེན། དབང་པོ་རྩེ་རྩེ། བོར་  
སྤྲིན་ཕེུ་ལེ། ཆུ་ལྷ་སྦྱལ་ཞགས། གཤེན་རྩེ་དབྱུག་པ། དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་ཆེ་  
གསུམ། མེ་ལྷ་སྤོང་བ་སྤྲི་བྱགས། སྤྲིན་པོས་རལ་གྱི། ལྷ་ལྷ་བ་དན་བསྐྱམས་  
ཤིང་། གཡོན་གཉིས་པས་ཐོད་པ་ནས་རང་རང་གི་ཡུམ་ལ་འབྱུང་པ། རང་རང་གི་  
རྒྱན་ཆ་ལུགས་རྩོགས་པ། རྒྱས་པ་སྤྲོམ་འབྱུང་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་དང་། རིང་སྦྱོང་  
ནི། རང་རྩོགས་ཀྱི་རྩོགས་སྦྱོང་གི་གཞོན་པའི་མགོ་བརྒྱན་ཅན། གཡས་གཉིས་མ།

གཡོན་ཐོད་པ་འཛིན་ཅིང་རྩུ་འཕྲུལ་བྲག་རྩལ་དང་ལྷན་པ། ཤིང་གི་གསེབ་ནས་ལུས་  
 བྱེད་ཐོན་པ། རྩ་བརྒྱད་ལ་གནས་པའི་གྲུ། རོར་རྒྱས་དཀར་པོ། འཛོག་པོ་དམར་  
 པོ། ཀའོ་ཏ་སྒྲོན་པོ། བརྒྱ་དཀར་པོ། བརྒྱ་ཆེན་པོ་དཀར་པོ། མཐའ་ཡས་  
 ལྷ་ཚྭ་གསལ་མདོག་ རིགས་ལྷན་དཀར་པོ། རྩེ་སྒྲིང་སེར་པོ་དང་བརྒྱད། རང་གི་  
 མདོག་དང་ཕྱག་མཚན་ཅན། དེ་དག་གི་ནམ་མཁའ་སྤྲིན་ཆེན་པོ། སྒྲོགས་པ།  
 ཆེར་སྒྲོགས་པ། དྲག་པོ། གཡོ་བ། བརྟན་པ། གང་མ། འབབས་པ།  
 གཏུམ་མོ་བརྒྱད། སྒོ་ག་འཕྲེང་འཁྲུག་ཅིང་འབྲུག་གི་སྒྲ་སྒྲོགས་པ། གཞན་ཡང་  
 རིན་པོ་ཆེའི་རང་བཞིན་གྱི་རི། ལྷན་པོ་སྒྲ་ཚྭ་གསལ་མདོག་ མན་རྟ་ར་ལྷང་གུ ཀྱི་  
 ལ་ཤ་དཀར་པོ། མ་ལ་ཡ་སེར་པོ། དབང་ཆེན་ནག་པོ། སྒོ་ས་ངད་ལྷང་སེར་པོ།  
 གངས་ཅན་དཀར་པོ། དཔལ་གྱི་རི་སྒྲོན་པོ་སྟེ་བརྒྱད། རི་ལ་གནས་པའི་མཚོ་ད་  
 རྟེན། རྩོམ་དཀར་པོ། (རྩོམ་འདུས་བྲས)། རྩོམ་ཆགས་པ། རྩོམ་ནག་པོ།  
 ཐུགས་རྩོམ། སྒྲུ་རྩོམ། རིན་པོ་ཆེ་རྩོམ། ཆོས་རྩོམ། ཐམས་ཅད་དཀར་པོ་  
 སྒོ་མ་འབྲུང་ལས་གསུངས། སྒྲར་བཤའ་པ་རྣམས་དང་པོ་བཞི། ཤར་ནས་གཡོན་  
 བསྐོར། སྤྱི་མ་བཞི་དབང་ལྷན་ནས་གཡམས་སྒོར་དུ་བྲུ(འོ)། །སྒྲུབ་པ་པོ་རྣམས་ནི་  
 རྒྱུད་ནས། གཅེར་བུ་སྒྲ་བཤེགས་པ། ཕྱག་རྒྱ་ལུས་བརྒྱན་པ། ཅང་ཏེ་ཏེ་དང་།  
 ཐོད་པ་ཁ་ཏྲི་ག་འཛིན་པ། ཐོད་པས་སྤྱི་བོ་བརྒྱན་པ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་ཅེ་  
 གཅིག་ཏུ་བལྟ་བཞེས་གསུངས་པའི་རིག་པས། ཐོད་གཞུང་རྣམས་སུ། འཕགས་

ཡུལ་གྱི་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་པོ་རྣམས་སྒྲོམ་པ་འདུག་པ་ཤིན་ཏུ་རིགས་ཏེ། ཤར་སོགས།  
 ཡིན་ཏུ་ཉི། ཀྲུའི་པ། པདྨ་བཟླ། ལྷ་སྐྱབ། ས་ར་ཏ། རྩོམ་པ། རྩོ་  
 རྩོམ་པ། ལུ་ཉི་པ་རྣམས་བསྒྲོམ། གཞན་ཡང་། མེ་བརྒྱད་དང་། སྒྲོམ་  
 འབྲུང་ལས།

ཁྱ་དང་འུག་པ་བྱ་གྲོད་དང་།

ལྷེ་སྐྱང་ལྷེ་སྐྱང་མོ་དང་ནི།

འོལ་པ་དང་ནི་འོལ་བ་མོ།

སེམྱེའི་གཤོང་དང་སྐྱག་གི་གཤོང་།

དྲག་ཅིང་འཛིགས་པའི་གཤོང་ཅན་མ།

སྐྱུའི་ཉི་བ་ལང་མགོ་ཅན་དང་།

གཤོང་གཉིས་ལ་སོགས་ཕྱོགས་སུ་རྒྱ།

ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་འཛིགས་སུ་རུང་བར་བསྒྲོམ་པ་རྣམས་ནི། རྟེན་གཞལ་ཡས་ཁང་ཕྱིའི་  
 དུར་ཁྲོད་དང་བཅས་པ་བསྐྱེད་པའོ།

**བརྟེན་པ་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་པ་ལ།** གཞལ་ཡས་ཁང་གི་པདྨའི་ལྷེ་བར་ཉི་མའི་དགྲིལ་  
 འཁོར་དམར་བྱི་ལེ་བའི་སྐྱང་དུ། བདག་ཉིད་དཔལ་ཏེ་རུ་ཀྲ་སྐྱུ་མདོག་མཐིང་ག་ཟར་  
 མའི་མེ་ཏོག་གསར་པ་ལྟར་སྒྲོ་བསངས། ཞལ་གཅིག་སྐྱེན་གསུམ་སོགས་ཆོག་  
 ཟེན་ལྟར་ལ། རུས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ལྟ་ནི། སྤྱི་བོར་རུས་ཆེན་གྱི་འཁོར་ལོ་ཕྱི་བས་བརྒྱད་

པའི་ལྷོ་བར་བཅུགས་པའི་ཁོར་བུའི་རྟོག་གི་སྟེང་དུ་དྲོཾ་མེ་ལྷོ་གསལ་པས་མཚན་པ། འཁོར་  
 ལའི་ཕྱི་བས་བར་ནས་དབུ་སྐྱ་དངས་པའི་རལ་པའི་ཐོར་ཅོག་བཅིངས་པས། ལྷོ་བའི་  
 ཁོར་བུ་དང་དྲོཾ་མི་མཛོན་པ་(ལྟར)སྤྲས་པ། འཁོར་ལའི་མཐའི་མུ་ཁུད་ཀྱི་སྟེང་དུ་དྲོཾ་  
 རྩེའི་ཕྱང་བ་གོང་འོག་གཉིས་ལ་སྒྲེལ་བའི་ཐོད་སྐྱམ་རིན་པོ་ཆའི་ཙེ་ཕན་ཅན་དང་། རུས་  
 པའི་འཕྱེང་བའི་མགུལ་རྒྱན། ཕུག་ཞབས་ཀྱི་གདུ་བུ། རྩ་ཆ། སྐྱ་རགས།  
 ཐལ་ཆེན་གྱིས་བྱུགས་པ་སྟེ། ཕུག་རྒྱ་དུག་ གཞན་ཡང་མཚོད་ཕྱིར་ཐོགས། མི་  
 མགོ་ཁྲོན་པ་ལྷ་བཅུའི་དོ་ཤལ། སོགས་ཆོག་ཟིན་ལྟར་ཀྱི་རྒྱན་རྣམས་གོ་སྤྲ།  
 ཞབས་གཡས་བརྒྱུད་བས་དུས་མཚན་མ་དམར་མའི་རུ་མའི་བར་དང་། གཡོན་རྩུང་  
 ཟད་བསྐྱམ་པའི་སྒྲ་བས་ཀྱིས་འཛིགས་ཟེད་ནག་པོའི་མགོ་བོ་ལྷག་པའི་སྟེང་དུ་བཟུངས་པ། ཡུམ་  
 དྲོཾ་མག་མོ་སྐྱ་མདོག་དམར་མོ་སོགས་གོ་སྤྲ་ཞིང་། ཕུག་རྒྱ་ལྷ་ནི། ཐལ་ཆེན་གྱི་  
 བྱུག་པ་མེད་པ་གཞན་ཡབ་དང་འདྲ་བ། ཞབས་གཡོན་ཡབ་ཀྱི་གཡས་དང་ལྷན་ཅིག་  
 ཏུ་བརྒྱུད་བ། གཡས་ཡབ་ཀྱི་རྟེ་པར་འཁྲིལ་བ། ཡབ་ཡུམ་བསྐྱལ་(པའི་)མའི་  
 གཟི་བཟིད་དང་ལྷན་པ། སྤྱོགས་ཀྱི་འདབ་མ་ལ། མདུན་དུ་རྩ་ཁམས་རྣམ་དག་  
 མཁའ་འགོ་མ་སྐྱ་མདོག་མཐིང་ག་ བྱང་ངམ་གཡོན་དུ་རྩུང་ཁམས་རྣམ་དག་ལྷ་མཁའ་  
 མཛེས་མ་ལྷང་གྲ། རྒྱབ་བམ་རུབ་ཏུ་མེ་ཁམས་རྣམ་དག་དུམ་སྐྱེས་མ་དམར་མོ། གཡས་  
 སམ་ལྟོར་ས་ཁམས་རྣམ་དག་གཟུགས་ཅན་མ་སེར་མོ། བཞི་ཀ་ཞལ་གཅིག་ཕུག་  
 གཉིས་སོགས་ཆོག་ཟིན་ལྟར། བྱ་མོན་ཁ་འྲུ་གཉི། མཛོན་བཟོད་ལེན་དགུ་པར་

གསུངས་པ་ལྟར། ཡར་ཅེ་ཡེ་ཤེས་ལྷ་མཚོན་པའི་དོན་ཅེ་ལྷ་པ་རྫོགས་པ། དེའི་  
 འོག་ཏུ་སྤྱོད་གསུང་ཐུགས་མཚོན་ཕྱིར་མི་མགོ་སྤྲུམ་པོ་དཀར་པོ། རྩིང་པ་དམར་པོ། རྩོན་  
 པ་དམར་(པོ)། རྒྱ་པོ་ཡང་བཤད། དེའི་འོག་ཏུ་ཕྱིན་ལས་བཞི་མཚོན་པའི་དོན་ཅེ་  
 རྒྱ་གམ། དེའི་འོག་ཏུ་བྱང་རྩལ་སེམས་ཀྱི་སྒྲོན་བདུད་ཅིའི་བྱམ་པ། དྲིལ་རྩུང་དང་  
 འཕེན་ཅེ་གསུམ་པ་འཕྱང་བ། རྣམ་ཐར་བརྒྱད་མཚོན་པའི་ཡུ་བ་དཀར་པོ་བརྒྱད་གཞོགས་  
 མར་ཅེ་གཅིག་པ། མཚན་ཁྲུང་དུ་(བརྩུགས་)བརྩུག་པ། རོའི་གདན་ལ་གཡས་བརྒྱད་  
 བའི་སྤྲལས་ཀྱིས་བཞེངས་པ། དེ་ཡང་། གཙོ་བོའི་གདན་འཛིགས་དུས་གསོན་པོ་  
 དང་། འཁོར་བཞིའི་གདན་དབུགས་བྲལ་དུ་འདོད། བད་འདབ་མཚམས་ཀྱི་འདབ་  
 མར་བྲི་ཆེན། དི་ཆུ། བྲག་མྱད་པ། ཁྲུ་བ་སྟེ། བདུད་ཅི་ལྷས་གང་བའི་  
 བྱམ་པའི་སྟེང་དུ། མི། བ་ལང་། བྱི། རྟ། སྤྲང་ཆེན་ལྷ་ཡི་ཤ་ཡིས་གང་  
 བའི་ཐོད་པ་དང་བཅས་པ་གསལ་གདབ་དགོས་ཏེ། ཨ་མྱེ་རྩ་ནས།

མཚམས་(ནི)བཞི་པོ་དག་ཏུ་ཡང་།

འཆི་མེད་ལྷ་པོའི་བྱམ་སྟེང་དུ།

བྱང་རྩལ་སེམས་ཀྱི་སྒྲོན་ཀྱང་བཞག།

ཅེས་སོགས་གསུངས་པས་སོ། །དེ་ལྟར་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་དགྱིལ་འཁོར་དང་ལྷ་  
 ཚོགས་ཐམས་ཅད་གསལ་ལ་མ་འདྲེས་པ་སྤྱོད་མདོག་ཐུག་མཚན་རྒྱན་ཆ་སོགས། བྲ་  
 ཞིང་ཕྱ་བར་གསལ་བཏབ།



གསུམ་པ།    དག་པ་སྒྲོམ་པ།    ལུ་བྱིལ་གཉིས་ཀྱི་སྐྱབས་འདིར་གསུངས།  
 བཀ་པོ་པས།    ཡེ་ཤེས་སྒྱུན་བྱངས་བསྐྱེད་དབང་བསྐྱར་མཚན་པ་བྱས་པའི་མཇུག་ཏུ་  
 གསུངས།    མཛོན་བརྗོད་ལས།    མ་ངལ་བར་དུ་ལྟ་སྒྲོམ་པ་དང་།    སྤྲུགས་བརྒྱ  
 བ་བྱ།    ངལ་ན།    དག་པ་སྒྲོམ་པར་བཤད་ཀྱང་།    འདིར་མཛད་པའི་དགོས་པ་ནི།  
 རྩོམ་ཆེན་པོའི་འབྲེལ་བར་དགོས་པ་བཞིར་བཤད།    དང་པོ།    ཉེ་དུ་ཀ་ཡི་ལྟ་ཚོགས་  
 རྣམས།    ཆོས་སྐྱུའི་རང་བཞིན་དུ་བསྟན་པ་དང་།    ལྟར་ཞེན་པ་བརྟོག་པ་དང་།  
 བདེ་སྟོང་གཉིས་མེད་དུ་མཚོན་པ་ཐེག་ཆེན་དང་ལམ་གཅིག་ཏུ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་གསུངས་  
 སོ།    །དེ་ཡང་།    ལུས་བྱན་པ་ཉི་ལྔ་བར་བཞག་པ་ནི་མཁའ་འགྲོམ་ཏེ།    སོགས་བརྗོད་  
 ཅིང་།    དེའི་དོན་ཀྱང་རྩོམ་པོའི་འབྲེལ་པར།    ལུས་ཚར་སེམས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་བཞི།    སྐྱུ་  
 མ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་དང་།    སྦྱིང་རྗེ་དབྱེར་མེད་ལ་  
 བཤད་དེ།    དོན་དུ་ལྟ་དེ་དང་དེའོ།    །དེ་སྒྲོམ་པའི་འབྲས་བུ་དག་པ་དེའོ་སྒྲུམ་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ཡིད་ལ་ངས་པར་བྱའོ།།

བཞི་པ།    གོ་བགོ་བ་ནི།    དྲིལ་བུ་པའི་སྐྱབ་ཐབས་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བུ་ལས།  
 ཐུགས་ཀར་ཤེས་རབ་རབ་ཏུ་ཉིད།

སྤྱི་ཚོགས་པ་ལྟ་ཉི་ལྔ་ལྟོ།

སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་རྩོམ་ཕྱིན་བརྒྱབས།

གསུམ་གསུམ་དེ་ནི་ཡི་གེ་གསུམ།

གང་དག་རབ་སྐྱབ་བྱེད་པའི་སྤྲལ་ས།

ཞེས་གསུངས་པས། གཙོ་འཁོར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་བོར་རྒྱ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་ཨོ་  
དཀར་པོ། མགིན་པ་པརྱ་དམར་པོའི་ལྟོ་བར་ཨུཾ་དམར་པོ། སྤྱིང་གར་སྤྱོལ་སྤྱོལ་  
རྩོལ་ལྟོ་བར་རྩོལ་པོ། ཡང་དེ་ཉིད་ལས།

ཡ་(མང་)སྤྱེ་བརྒྱད་པའི་ས་བོན་དང་།

དེ་བཞིན་གུག་བསྐྱེད་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི།

ཡི་གེ་བར་མ་དོར་བྱས་ལ།

ཡི་གེ་རེ་རེའང་ཡང་དག་གནས།

ཨོ་དང་ན་མ་སྤྱ་ཏྟ་པོ།

རྩོལ་པོ་པརྱ་དང་ཡང་དག་ལྟོ།

གསུངས་པས། བཙམ་ལྟན་འདས་ཀྱི་སྤྱིང་གར་ཨོ་ཏྟ་དཀར་(པོ)། མགོ་བོར་ན་མ་  
རྩོལ་པོ་སྤྱོལ་སྤྱོལ་གོ་ཆ་དཔའ་བོ་དྲུག་ ཡལ་རྩེ་རུ་ལ་བཀོད། དེ་བཞིན་དྲུ་  
དེ་ཉིད་ལས།

པརྱ་རྩོལ་པོ་རྩོལ་པོ་ཨོ་རྩོལ་སྤྱོལ་སྤྱོལ་

ཡི་གེ་བོ་དང་ཡོ་དང་ཞི།

ཡི་གེ་མི་དང་མི་ཉིད་དང་།

རྩོལ་དང་པརྱ་ཅེས་སྤྱར་བ་ཡི།

རྣལ་འབྱོར་མེན་ཀྱི་རྒྱལ་ཏུ་བཤད།།

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཡུམ་གྱི་ལྟེ་བར་ཨོྲཱི་པོ་དམར་མོ། སྦྱིང་གར་ཉི་ཡི་(ཡི)སྒྲོན་  
མོ་སོགས་དཔའ་མོ་རྒྱལ་ ཡུམ་པག་མོ་ལ་བཀོད། དེ་ཡང་རྒྱས་པར་ན་སྤྲུགས་དེ  
ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ལས་ལྟ་དེའི་སྐྱེ་མདོག་ཕུག་མཆོན་སོགས་བསྒྲོམ། བསྐྱེན་སྤྲུགས་  
དེ་ལྟ་དེ་དང་དབྱེར་མེད་ཡིན་པའི་མོས་པ་བརྟན་པོར་བྱུང་(འོ)།།

**ལྷ་པ།** ཡེ་ཤེས་པ་བརྟུག་ཅིང་དབང་བསྐྱར་བ་ནི། སྐྱབ་ཐབས་ལས།

སྦྱིང་གར་ཉི་ལྱི་གི་འོད་ཟེར་གྱིས།།

ཡེ་ཤེས་དགྱིལ་འཁོར་དབང་བསྐྱར་ལྟ།།

ཕྱི་ནང་གསང་(བའི)མཆོད་ལྟ་མོ་(ཚོགས་)རྣམས།།

སྐྱེན་བྱངས་བགོགས་བསྐྱེད་མཆོད་ཡོན་འབུལ།།

ཞེས་གསུངས། དེ་ཡང་སྤྲུགས་དང་ཕུག་རྒྱ་གཉིས་ཀྱིས་སྐྱེན་བྱངས་པར་བཤད་དོ།།

སྦྱིང་གར་ཉི་མ་ལ་གནས་པའི་རྒྱུ་གི་འོད་ཟེར་གྱིས་ཡེ་ཤེས་པ་ཕྱོགས་བརྩུ་ན་བཞུགས་པའི་

དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མའི་ཚོགས་དབང་ལྟ་དང་བཅས་པ་སྐྱེན་བྱངས། དག་ཏུ་ཕོ་

ཞེས་པའི་སྐྱེད་དང་། ཕུག་རྒྱ་ཡང་། ཇི་སྐད་དུ།

མཚུབ་མོ་མདུད་བྱས་གུང་མོ་ངེས་པར་སྐྱར།།

མཐེ་བོང་རྗེ་ཇི་བརྟན་པོར་རབ་ཏུ་སྐྱར།།

དེ་ནས་དཔལ་བའི་དབུས་སུ་རབ་བཞག་ནས།།

བསྐྱོར་ཞིང་བསྐྱོར་བས་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་བར་བྱ།

ཞེས་དང་། ཀུན་སྦྱོང་ལས།

རྒྱུ་པ་དམན་ཞིང་བྱེད་བྱ།

མཛུབ་མོ་མདུད་བྱས་པའི་གྲི་སྒྲིམ།

སྒྲིགས་བཅུ་འཛིག་རྟེན་ཁམས་བཞུགས་པའི།

དཔའ་བོ་རྣལ་འབྱོར་མ་རྣམས་འགྲུག།

ཅེས་སོགས། སྦྱོན་གཏོར་སྒྲིབས་བཤད་པ་ལྟར། རྒྱུ་པའི་ཕྱག་རྒྱ། མིག་གི་

ཕྱག་རྒྱ། དག་གི་ཕྱག་རྒྱ། ལག་པའི་ཕྱག་རྒྱ་སོགས་གསུངས་པས། ཡེ་ཤེས་

པའི་ཚོགས་མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་འབྱོན་པར་ངེས་ཏེ། ལུ་རྟེན་པས།

སྒྲིགས་དང་ཕྱག་རྒྱའི་སྦྱོར་ཤེས་པས།

ཡེ་ཤེས་འཁོར་ལོ་རྣམ་པར་བསམ།

ཞེས་གསུངས། ཡེ་ཤེས་པ་དང་དབང་གི་ལྷ་མདུན་དུ་སྦྱོན་བྱངས་པ་ལ། མངོན་བརྗོད་ལས།

ཡེ་ཤེས་འཁོར་ལོ་དེ་མཐོང་ནས།

མཚོན་དང་བསྟོན་དང་དབང་ཡང་བསྐྱར།

ཞེས་གསུངས་པས། རང་གི་སྒྲིགས་ཀ་ནས་སྦྱུལ་པའི་ལྷ་མོ་བེ་མོ་མ་ལ་སོགས་པས་

མཚོན་པར་བསམ་ལ། དེག་མ་བཅུ་དྲུག་གི་སྒྲིགས་ཕྱག་རྒྱས་མཚོན། གྲིལ་བུ་བས།

ངོ་རྒྱུ་བྱི་རྟོ་ཞེས་བྱ་བས།

དགུག་དང་གཞུག་དང་བཅེངས་དང་མཉེས།།

ཞེས་གསུངས་པས། ལྷགས་ཀྱི་ལ་སོགས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་བཞིས། ཡེ་ཤེས་པ་རྣམས་  
ཙམ་ཞེས། ལྷ་རང་རང་གི་སྤྱི་བོར་བྱོན། རྩི་ཞེས་པས། སྤྱི་བོ་ནས་ཞུགས། བོ་  
ཞེས། སོ་སོར་གཉིས་མེད་དུ་གྱུར། རྟོ་ཞེས། ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་ཐུགས་  
དགུས་པར་བསམ། ཡེ་ཤེས་པ་བརྩགས་པའི་རྩེས་སུ་ང་རྒྱལ་འཛིན་ཏེ། ལག་  
གཉིས་གཡོན་དང་གཡས་དང་སྤྱིང་གར་རྣམ་ལྷ་འདོད་བསྐྱོར་གྱི་རྒྱ་དང་། མཐར་འབྱུང་  
རྩལ་བྱ་ཞིང་། སྤྲོ་མ་འབྱུང་ལས་འབྱུང་བའི། ཡོ་ཡོ་གཡུང་མོ་སོགས་བརྗོད་དེ།  
ཐུགས་དོན་ནི། ཡེ་ཤེས་པ་དང་དམ་ཚིག་པ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་སྦྱོར་བ་ནི། ཡོ་ཡོ་གཡུང་།  
སའ་རྩམ་མེད་ཀྱི་དག་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད། ཡོ་གཡུང་ཉི་ཉི་ལྷ་  
འབྱོར་དུ་དག་པ་བཅོམ་ཞེས། ཚོས་ཐམས་ཅད་གཤོད་མའི་གནས་རྩལ་ཤེས་པའི་དོན་  
ལ་མཉམ་པར་བཞག། ཡེ་ཤེས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་སྦྱོར་བྱངས་པའི་དབང་ལྷ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་སོགས་ལ། ཉེར་སྦྱོད་ལྷ་རིག་མ་བརྩུབ་ཀྱིས་མཆོད་ལ། དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བདག་ལ་མཛོད་པར་དབང་བསྐྱར་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་  
པ་བཏབ་པས། ལྷ་གཤོད་མ་སོགས་སྒོ་མ་བཞི། གཤེན་རྩེ་བརྟན་མ་སོགས་  
མཚམས་མ་བཞི་སྟེ་བརྒྱད་ཀྱིས་བགོགས་བསྐྱད། སྤར་སྤྱང་འཁོར་སྐབས་བཤད་པ་  
ལྟར། རྒྱུད་གཞན་དུ། ཁྱོ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་བགོགས་བསྐྱད་པ་གསུངས་ཀྱང་།  
འདིར་སྒོ་མཚམས་མ་བརྒྱད་ཀྱིས་བགོགས་བསྐྱད་པ་ཁྱོ་བོ་དང་ལོ་བོ་གཅིག་པར་ཤེས་

སོ། བོད་པའི་དུམ་བུ་ལ་སོགས་དཔའ་བོ་ཉེར་བཞིས་ཤིས་པ་བརྟེན། རབ་གཏུམ་  
 མ་སོགས་དཔའ་མོ་ཉེར་བཞིས་རྟེན་མེད་ཀྱི་ལུ་ལོ། སངས་རྒྱུ་མ་སོགས་ཡུམ་  
 བཞིའི་རོ་བོ། མཁའ་འགྲོ་མ་སོགས་བཞི་དང་ཕག་མོ་བཅས་པས་རིན་པོ་ཆེའི་བུམ་  
 པ་བདུད་རྩིས་གང་པ་བསྐྱམས་ནས། རིལྟར་བལྟམས་པ་སོགས་སྒྲགས་བཅས་གསུངས་  
 ཤིང་དབང་བསྐྱར་བར་བསམ། སྒྲགས་དོན་ནི། ཨོ་སྙམ། ཐམས་ཅད། ༡  
 སྒྲ་ག་༡། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ། ཨ་ཟླ་ཤེ་ག་༡། མཛོན་པར་དབང་བསྐྱར།  
 ས་མ་ལ་ལྷི་ཡེ་རྩྱུ། དམ་ཆོག་དཔལ་གྱི་ཆེད་དུ། བདུད་རྩི་ཆུ་རྒྱན་གྱི་སྤྱི་བོན་ས་  
 དབང་བསྐྱར་བས། ལྷ་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་ཏེ། ཆུ་ལྷག་  
 མ་སྤྱི་བོའི་གཙུག་ཏུ་འབྱུང་བ་ལས། བཙུག་ལྷན་འདས་ལ་མི་བསྐྱོད་པ་སྟེ། ཆུ་ལ་  
 འབྲས་བུས་རྒྱས་བཏབ། ཕག་མོ་ལ་རྣམ་སྐྱེད་སྟེ། ཆོས་སྐུ་ལ་གཟུགས་སྐུའི་རྒྱས་  
 འདེབས། མཁའ་འགྲོ་མ་བཞི་ལ་རིན་འབྱུང་སྟེ། དེ་དང་དེའི་རིགས་སུ་ངེས་པའི་  
 སྤྱིར་ཡིན་པར་བཤད། མཐར་དབང་ལྷ་རང་ལ་བསྐྱེམས་པ་མཛོན་བརྟེན་གྱི་དགོངས་  
 པ་རྟེན་བཤད། དེ་ལྟར་དབང་བསྐྱར་བས། བགེགས་དང་། སྤྱིབ་པ་དང་།  
 ཐེག་དམན་སེལ། བརྒྱས་སྒྲོམ་གྱི་སྟོན་དུ་རུང་། ཞི་སོགས་སྤོན་ལས་བཞི་སྐྱབ་པ་  
 ལ་དབང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཉམས་པ་དང་། དམ་ཆོག་ཉམས་པ་སྟོང་། མ་  
 འོངས་པ་ན་སངས་རྒྱུ་གྱི་དབང་བསྐྱར་བའི་དགོས་པ་བྱུང་པར་ཅན་ཡོད་དོ།

དུག་པ། མཆོད་ཅིང་བསྟོད་པ་ནི། གཞུང་ལས།

ལྷ་མོ་དྲུག་དང་བཞི་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་།

ཕྱི་ནང་གསལ་བ་ཡང་དག་མཆོད་།

དྲུལ་འཁོར་ལྷ་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་ནས་།

ཞེས་གསུངས་པས། ཐུགས་ཀའི་ས་བོན་གྱི་འོད་ཟེར་ལས་བྱུང་བའི་ལྷ་མོ་མཆོད་ཇུས་

འཛིན་པ་ནམ་མཁའི་ཁམས་ཀྱན་ནས་གང་བས། དྲུལ་འཁོར་བ་མཆོད་པར་བསམ་ལ།

དེ་ཡང་བྱམ་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱི་མཆོད་། གསལ་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་  
བདུད་རྩི་འཛིན་པ། འཁོར་དབང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོམས་འཕྲུག་དག་འབཞི་འཛིན་པ།  
ཚིག་དབང་དང་འབྲེལ་བ་དེ་ལོ་ནི་འཛིན་པ་བཅས་བཞི་ལས།

དང་པོ། ཕྱི་མཆོད་། ལྷ་མོ་སྤྱི་སྤྱོད་ལྷ་མོ། དེ་ཡང་མཆོད་ཡོན་ནི།

ཞལ་དུ་བཞུགས། ཞལ་བསེལ་ནི། ཞལ་བསྐྱུ་བའམ་ཞལ་བཤལ་བའི་ཡོ་བྱད།

འཐོར་འཐུང་ནི་བསངས་གཏོར་ཏེ། མི་གཙང་བ་གཙང་བར་བྱེད་པ་དང་། གདུང་

བ་བསེལ་བར་བྱེད་པ། ཞབས་བསེལ་ནི། ཐུག་དང་ཞབས་བསྐྱུ་བའི་ཡོ་བྱད་ལྷ་

བཞི་འདི་མདུན་བུམ་དང་མེ་ལྷ་སྤྱི་སྤྱོད་ལ་འབྲེལ་བའི་ཆོ་ལག་ལེན་སྒྲུ་ཚོགས་སུ་འཕྲུག་

ཅིང་། རྒྱ་གཞུང་རྒྱལ་སྤྱོད་ཡང་། གོ་རིམ་མི་འདྲ་བ་མང་བས། བདེ་མཆོག་

རང་ལུགས་དང་གཞན་ལུགས་བསྐྱེད་པའི་ལག་ལེན་འགའ་ཡོད་པ་འདྲ་ཡང་།

བདག་སྤྱོད་སྐབས་སུ་ལག་ལེན་མི་དགོས་པའི་ཞེས་བྱེད་མ་མཐོང་ཡང་། བྱེད་པ་ཏུང་

སྤྱོད། དེ་ནས་མེ་ཏོག་མ་སྤྱོད་ཏེ་སྤྱོད་ལྷ་མོ་མེ་ཏོག་དབུ། བདུག་སྤྱོད་ཤངས།

མར་མེ་སྒྲིན། བྱག་པ་སྒྲུ། ཞལ་ཟས་ལྷགས། རོལ་མོ་སྒྲིན་ལ་འབུལ་བའི་མོས་  
 བས་འབུལ་ཏེ། ཕྱག་རྒྱ་ནི། སྤར་མཚོད་པ་བྱིན་རྒྱབས་སྐབས་བཤད་པ་ལྟར་ལ།  
 བད་ཀོར་གྱི་ཆོ་རང་གི་སྦྱིང་ག་ནས་ལྟ་མོ་སྦྱོས་(ཏེ)མཚོད་པ་རང་རང་གི་ཕྱག་རྒྱ་བྱེད་པའི་  
 དུས་ལྟ་ལ་གནས་སོ་སོར་མཚོད་པར་བསམ། མཐར་པད་ཀོར་དང་བཅས་སེགོལ་  
 ཁ་ནང་དུ་ལྟ་བས་གདབས་པས། ལྟ་རྒྱམས་མཉེས་ཤིང་ལྟ་མོ་རང་ལ་བསྟེམས་པར་  
 བསམ། སྒྲགས་དོན། སྤར་ཚོགས་ཞིང་སྐབས་བཤད་པ་ལྟར། དཔལ་ཁྲག་  
 འཐུང་འཁོར་དང་བཅས་པ་མཚོད་ཡོན་སོ་སོར་བཞེས་ཤིག དེ་བཞིན། ཞལ་  
 བསིལ། འཐོར་འཐུང་། ཞབས་བསིལ་སོགས་དང་། སྤར་ལྟར་རིག་མ་བཅུ་  
 དུག་གི་ལྟ་མོ་སྦྱོས་ལ་སྒྲགས་རྒྱས་མཚོད།

**གཉིས་པ། བདུད་ཅི་མཚོད་པ་ནི།** བད་མཚོད་བྱིན་རྒྱབས་ཟེན་པ་ལག་

གཡས་སུ་ཐོགས་ལ། དེ་ཡང་བྲིལ་བུ་པས།

བཙམ་ལྟན་འདས་དང་རྣལ་འབྱེར་མ་རྣམས་ལྟོ།

ཡི་གེ་རྩྱི་བྱུང་དོན་ཅེ་ཅེ་གསུམ་པ།

དཀར་པོ་ནས་འབྱུ་ཙམ་བཀོད་སྒྲ་གུས་བྲངས།

བདུད་ཅི་གསོལ་བས་ལྟ་ཚོགས་ཚེམ་པར་བལྟ།

ཞེས་པ་ལྟར། ལྟ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལྷགས་རྩྱི་ལས་དོན་དཀར་པོ་ཅེ་གསུམ་པའི་ཅེ་ནས་  
 འོད་དཀར་པོ་སྒྲ་གུའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱིས་བདུད་ཅི་བྲངས་ནས་གསོལ་བར་གྱུར་བར་དམིགས་





ཅེས་གསུངས་པས། དེའི་ཚུལ་ནི། ཡབ་ཀྱི་གསང་བའི་དྲེང་མི་དམིགས་པའི་ངང་  
 ལས་རྒྱུ་དཀར་པོ་ལས་དྲེང་དཀར་པོ་ཅེ་ལྟ་པ། ཝར་བྱ་ཨོྲཱི་མི་མཚན་ཞིང་། བྱ་ག་  
 ལྟ་སེར་པོས་བཀག་གསུམ། ཐིག་ལེ་ཕྱིར་མི་འཚོར་བ། ཡུམ་ཀྱི་གསང་བ་མི་  
 དམིགས་པ་ལས་པར་དམར་པོ་འདབ་མ་བརྒྱད་པ་ཟེ་བྱ་འབྲུག་ལས་མཚན་པ། བདེ་བའི་  
 རོ་བོ་རྟ་འབབ་པའི་ཕ་ལ་སྤྱིམ་ ཡིག་དམར་པོས་མཚན་པ་བསམ། ཡབ་ཡུམ་སྟོམ་  
 འཇུག་མཐོང་པའི་ཚོ། བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་སྤྱི་བོ་ནས་མགྲིན་པར་སླེབས་པས་དགའ་  
 བ། སྤྱིང་གར་སླེབས་པས་མཚོག་དགའ། ལྟེ་བར་སླེབས་པས་ཁྱད་པར་གྱི་དགའ་  
 བ། དྲེང་ཝར་བྱའི་ཅེར་བྱང་སེམས་སོན་པས། འཕོ་མེད་ལྟན་ཅིག་སྤྱེས་པའི་  
 དགའ་བདེ་ཉམས་སུ་རྩྱུང་ནས་ལྟ་ཚོགས་ཐམས་ཀྱང་བདེ་བ་ཉམས་སུ་རྩྱུང་བས་མཚོད་ལ་  
 རྣམ་ལཱ་འདོད་སྟོར་འཁྱུད་ཚུལ་བཅས། ཨོྲཱི་སམ་སོགས་བརྗོད། རྒྱགས་དོན།  
 ཨོྲཱི་སམ་ཏ་ཐུག་ཏ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད། ཨ་ཁུ་རྩ་ག་ཏ། རྩེས་  
 སུ་ཆགས་པ། བརྩ་སྤྱ་ཐུ། དྲེང་འི་རང་བཞིན། ཨ་ཁུ་གོ་བདག་ཉིད། ཨ་ཉོ།  
 རའོ་ཞེས་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་གྱི་དོན་ངེས་པ་ལ་མཉམ་པ་ཡུན་རིང་དུ་བཞག་(པ)ནི།

བཞི་པ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཚོད་པ་ཆེན་པོ་སྟེ། མན་ངག་སྟེ་མར། ལྷ་ན་  
 མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཚོད་པ་ནི། བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་སྟོམ་པ་ཁོ་ན་ནོ། །མཛོན་  
 བརྗོད་ཕྱི་མར།

རང་བཞིན་མེད་པའི་གནས་བསྟོམས་པས།།

ལྷ་ཡི་སྒྲིང་པོ་སྒྲོམ་བྱེད་པ།

དེ་ནི་མཆོད་པ་ཆེན་པོ་འདོད།

སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་རྟོགས་བྱེད་པའོ།

ཞེས་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡུན་རིང་དུ་བསྒྲོམ།

**བསྟོད་པ་ནི།** ཅ་སྤགས་ཀྱི་བསྟོད་པ་བྱ་བ་འགྲེལ་པར་བཤད་པ་ལྟར། འབྲུལ་སྒྲོང་ལས་ཀྱང་རྒྱུད་ཀྱི་སྤགས་ཀྱིས་བསྟོད་པར་བྱ་བར་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱུད་པ་དང་པོ། ཚེ་མེ་ལྷ་ག་བཏེ་བླེ་རེ་ཤུལ་རྒྱུ་ལྟེ། བོད་སྐད་ལྟར་ན། ཚེ་བཙམ་ལྷན་དཔའ་བོ་དཔང་ཕྱག་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། རྟོན་དང་རྒྱུ་ལྟར་ཀུན་ལ་སྐྱུར་ཏེ། བཏི་ས་(པ)། མ་རྒྱ་ཀ་ལྷ་སྒྲི་སྒྲི་ལྷ་ལ། བསྐྱལ་པ་ཆེན་པོ་འཇམ་ལི་མེ་ལྷ་བྱ། གསུམ་པ། རྟེན་མ་གྱུ་རྟེན་ལྷ་ལ། རལ་པའི་ཆོགས་ཀྱི་ཅོད་པ་ཆ་བཅེངས་པ་སྟེ། བཞི་པ། དེ་ལྷ་ཀ་རྒྱ་ལོ་ག་སྒྲི་པ་ན་ལྷ་ལ། མཆེ་གཅིགས་དྲག་ཤུལ་འཇིགས་སུ་རུང་བའི་ཞལ། ལྷ་པ། ས་ཏ་སྐྱུ་ལྷ་སྐྱུ་ལ། ཕྱག་ནི་འོད་ཟེར་སྟོང་ཕྱག་འབར་བ་སྟེ། འབྲུག་པ། པ་ར་ཤུ་ལྷ་འབྲུག་ལ་ཁ་རྒྱུ་ག་རྒྱ་རི་ཏེ། དྲག་སྐྱུ་ཞགས་འབྲུར་མཐུང་དང་ཁ་རྒྱུ་འཇིག་། བཅུན་པ། ལྷ་སྐྱུ་ལྷ་སྐྱུ་རྒྱ་རྒྱ་ལ། སྤག་གི་ཕགས་པའི་ན་བཟའ་འཆང་བ་པོ། བརྒྱད་པ། མ་རྒྱ་ལྷ་སྐྱུ་ཀྱུ་ར་མ་ལྷ་ལྷ་ལ། དུ་བ་ལུན་ཆེན་མདོག་མཆོངས་སྐྱུ་ལ་འདུད། ཅེས་ཡབ་ཀྱི་རྒྱུད་བརྒྱད་དང་།

ན་མེ་ལྷ་ག་མཏེ་བཟོ་སྐྱུ་རྒྱ་ཏི་བོ། བཙམ་ལྷན་དེ་ཇི་ཕག་མོ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། ན་

མ་ཡུའུ་ཨ་པ་རྩ་ཇི་ཏེ་རྩི་ལྟ་མུ་ཏེ་མ་རྩ་བྱིདེ་ཤུ་རྩི། འཕགས་མ་འཛིག་ཏེན་གསུམ་  
 ཡུམ་གཞན་གྱིས་མི་ཐུབ་རིག་པའི་དབང་ཐུག་ཆེ། །ནམ་མཁུ་ཏྲ་ལྷ་ཡུ་ཨ་ཏེ་མ་  
 རྩ་བཟོ། །འབྲུང་པོ་ཐམས་ཅད་འཛིགས་མཛད་ཀུན་ཏུ་འབབས་མ་རྩི་ཆེན་པོ་ཉིད།  
 བཟོ་བཟོ་ཡུ་ས་ནེ་ཨ་ཇི་ཏེ་ཨ་པ་རྩ་ཇི་ཏེ་ཨ་ཕྱི་ཀ་རི་ནི་ཏྲ་མ་ཏི། རྩི་རྩི་གདན་མ་  
 མི་ཕམ་གཞན་གྱི་དབང་མཛད་གཡོ་བའི་སྐྱུ། །ནམ་མཁུ་པོ་པ་པོ་པོ་པོ་པོ་པོ་པོ་པོ་པོ་  
 ལི་ནི། སྤག་ཀྱང་སྐྱམས་པར་མཛད་མ་འཛིགས་སུ་རུང་བའི་ཁྲོ་མོ་ཕྱིགས་བྱེད་མ། །ན་  
 མེ་རྩ་ས་ནི་མུ་ར་ཏི་མ་རྩ་ཇི་ཏེ་ཨ་པ་རྩ་ཇི་ཏེ། སྐྱུ་བྱེད་གསོད་བྱེད་རབ་ཏུ་འབྱེད་  
 པར་བྱེད་ཅིང་པ་རོལ་ལས་རྒྱུ་མ། །ནམ་མཁུ་པོ་པོ་པོ་པོ་པོ་པོ་པོ་པོ་པོ་པོ་པོ་  
 པར་རྒྱུ་མ་མོངས་པར་མཛད་ཅིང་རེངས་དང་མོངས་པར་མཛད་པ་མོ། །ནམ་མཁུ་  
 སྐྱ་རྩ་ཏི་མ་རྩ་པོ་གི་རྩི་ཀུ་མེ་ཤུ་རྩི་ལ་གོ། རྩི་ཕག་མོ་རྩལ་འབྱོར་ཆེན་མོ་འདོད་པའི་  
 དབང་ཐུག་མ་ལ་བསྟོད། །ཅིས་ཡུམ་གྱི་རྒྱུང་བརྒྱད་དེ། རྒྱུ་པོད་གང་རུང་གིས་བསྟོད།

**བཞི་པ། རྩལ་འབྱོར་ཆེན་པོ་རྩི་གསུམ་པའི་རིམ་པ་ནི།** རྒྱུ་པར་རྒྱ་ལོ་ལུགས་  
 གྱི་རྩི་གསུམ་རིམ་དབང་པོ་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན། བྱིད་རིམ་རྩ་རེའི་ཆོས་  
 སྤག་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་གཞན་དུ་ཤེས་ལ། བསྐྱུས་པར་ན། བདག་ཉིད་ཉི་ཅུ་  
 ཀར་གནས་པའི། སྐྱུ་སྟོང་གསལ་ཐུ་མ་ཐུས་བཏབ་པ་ལྟ་བུའི་ནང་དབུས་སུ། ཅ་  
 ཡི་གཙུག་པོ་དབུ་མ་སྟོན་པོ་དང་། དེའི་གཡས་སུ་རོ་མ་དམར་པོ་དང་། གཡོན་དུ་  
 རྒྱུང་མ་དཀར་པོ་གསུམ། དབུ་མི་ཡར་སྟེ་ཆངས་བུག་དང་། མར་སྟེ་ལྟོ་ལོག་སོར་

བཞི་ཡོད་པ། རོ་རྒྱུད་གི་ཡར་སྐྱེ་ལྷན་རྒྱུ་འདྲི་སྤྱོད་ནས་མར་གྲག་པ་སྐྱ་བུ་གཉིས་སུ་  
 སྤྱེ་བས་པ། མར་སྐྱེ་སྤྱེ་འོག་ནས་དབུ་མར་ཡི་གེ་ཆའི་དབྱིབས་སུ་འདུག་པ། ཅ་  
 གསུམ་པོ་མ་རེ་ག་ཅིང་བྱངས་པ་དབུ་མ་རྩུང་ཟད་སྒྲོམ་པ། དེ་ལས་བྱེས་པའི་སྤྱི་བར་  
 ཅ་འདབ་སོ་གཉིས་པ། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་འཁོར་ལོ། མཁྱིན་པར་ཅ་འདབ་བརྩུག་  
 པ། འདོད་ཡོན་ལྷ་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་འཁོར་ལོ། སྤྱིང་གར་ཅ་འདབ་བརྒྱུད་པ། ཆོས་  
 ཀྱི་འཁོར་ལོ། ལྷེ་བར་ཅ་འདབ་རེ་བཞི་པ། སྤྱུལ་པའི་འཁོར་ལོ་སྟེ། ཅ་གསུམ་  
 འཁོར་ལོ་བཞི་གསལ་བཟབ། དེ་ཡང་ལུས་ལ་ཅ་དེ་ལས་མེད་དམ་ཞེ་ན། འདིར་  
 ཡོན་ཏན་གྱི་ཅ་བཤད་པ་ཡིན་གྱི་གཞན་དུ། སྒྲོམ་འབྱུང་ལས།

ལུས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་ཅ།

སྤྱོད་ཕྱག་བདུན་ཅ་ཅ་གཉིས་འབྱུར།

ཅ་རྣམས་དང་ནི་ཉེ་བའི་ཅ།

དེ་དག་གཞན་ལ་བརྟེན་པ་སྟེ།

བརྒྱལ་ས་ཉི་ཤུ་ལྷག་པའི་ཅ།

གཙོ་བོ་ཞེས་ནི་བྱ་བར་བརྗོད།

ཅ་ཡི་གནས་དང་ཡུལ་རྣམས་ནི།

ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི་གངས་ཡིན་ཏེ།

དེ་རྣམས་དབུས་ཀྱི་ཅ་གསུམ་གང་།

ཐམས་ཅད་ཁྱབ་ཅིང་བརྟེན་པའོ།།

ཞེས་གསུངས་པའི་ཙུ་འཁོར་བཞིའི་འདབ་གངས་བསྐྱེམས་པའི་གངས་ཉི་ཤུ་དང་།  
དབུས་ཀྱི་ཙུ་གསུམ་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བས་བསྐྱོམ་པ་ཡིན་(ནོ)། །དེ་ནས་ཙུ་  
འདབ་སོ་སོའི་དབུས་སུ། སྤྱི་བོའི་ཙུ་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་རྟོ་དཀར་པོ་མགོ་མཐུར་  
བསྟན། མགིན་པར་ཨོྲ་དཀར་པོ། སྟིང་གར་རྩྱུ་སྟོན་པོ། ལྟེ་བར་ཡུལ་དམར་  
པོར་བསྐྱོམ། ཡུལ་ལས་གཏུམ་མོའི་མེར་བརྟུའབར་བས། སྟིང་ག་དང་མགིན་  
པའི་ཡི་གེ་བསྟེགས། སྤྱི་བོའི་རྟོ་ཡང་བསྟེགས་པས། རྟོ་ལས་མར་གོང་མེས་ལྷ་  
བ་ལྟ་བུའི་དཀར་ཆའི་རྒྱན་བྱུང་། མགིན་པ་དང་སྟིང་གའི་ཡི་གེ་གསེས། ལྟེ་བའི་  
ཡུལ་ལ་ཐིམ། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཉམས་ཁྱད་པར་ཅན་སྟེས། དྲི་མ་མེད་པའི་འོད་  
ཟེར་གྱིས་ལུས་ཕྱི་ནང་ཐམས་ཅད་གང་བ་ཡུན་རིང་བསྐྱོམས་པས། དུ་བ་སོགས་རྟགས་  
ལྷ་འཆར་བར་གསུངས་པ་ལྟར་ཉམས་སུ་བྱུང་ངོ་།།

**གསུམ་པ།** ལྷན་གྱི་མཁུག་རྩི་ལྟར་བྱ་བ་ནི། བརྒྱས་པའི་ཡན་ལག་རྩི་གས་  
པའི་མཐར། །ལྷན་བསྟུ་གཏོར་མའི་རྣལ་འབྱོར་དང་། །སྤྱོད་ལམ་མཆོམས་ཀྱི་  
བྱ་བའོ། །ཞེས་པའི།

**དང་པོ།** བརྒྱས་པ་བྱ་བ་བགྱང་འཕྲེང་ནི། རྒྱུད་ལས།

དུང་ཆེན་ཕྱེང་བ་བྱུངས་ནས་ནི།།

གསུངས་པས། མི་མགོའི་འཕྲེང་བ་ཉིད་མཆོག་སྟེ། མ་རྟེན་ན་བོ་རྩི་ཅེ་ཡང་རུང་

བར་བཤད། གཞོན་ལུ་མས་བཀལ་བའི་རས་ཀྱི་སྤང་བུ་(ལ)བརྒྱས་པ། ཡོ་ཁར་རྩ་  
 ཉེས་བསངས། སྤྱ་བྱ་ཁས་སྤངས། སྤྱོད་པའི་ངང་ལས་སོགས་གོ་སྤྱོད། ཡེ་  
 འེས་པ་སྤྱན་ངངས། རྩེ་རྩྱུ་བེ་རྩེ་ས་བསྐྱེམས། མཚོད་པ་སོགས་བྱ། ཡོ་སྤྱ་རྩྱ་  
 རྩྱ་རྩྱུ་ཡུ་ཡུ། ཅེས་གོ་ཆའི་སྤྱབས་ཀྱི་ས་བོན་ནས། ཡོ་པར་ཐི་ཏེ་ཤུ་རྩྱུ་ཡུ།  
 ཅེས་བརྒྱ་ཅུ་སོགས་བརྒྱས། སྤྱགས་དོན། བཀྱིས་པར་གར་གྱི་དབང་ལྷག་ཅེས་  
 པའོ། །པར་གར་དབང་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་བབྱང་འཕྲེང་གི་རྣམ་པར་གྱུར་ཞེས།  
 ལག་གཡོན་ལ་བབྱང་འཕྲེང་བརྒྱང་ལ། དེ་ཡང་ཞི་བ་ལ་མཛུབ་མོ། རྒྱས་པ་ལ་  
 གུང་མོ། དབང་ལ་སྤྱིན་ལག དྲག་པོ་ལ་མཐེའུ་རྒྱང་གི་སྤྲེང་བྱ་བཞག་ལ། སྤྲེང་  
 རྟོག་ལྷའི་རང་བཞིན་བྱུང་མས་ཤིང་། མཐེ་བོང་གིས་གཙོད་པའི་ཆོ་ལྷ་སྤྱན་འཕྲེན་པའི་  
 རྩྱུ་ལ་བྱ་དམིགས་ལ་སྤྱགས་བྱངས་དང་སྤྱད་དགོས་ཏེ། རྩེ་མཁའ་འགོ་ལས།

མཐེ་བོང་ལྷགས་ཀྱུ་བྱས་ནས་ནི།

ལྷ་རྣམས་ཐམས་ཅད་འགྲུགས་པར་བསམ།།

འེན་རྩྱ་མཉམ་བཞག་སྤྱགས་བརྒྱས་ན།།

འགྲུབ་འགྱུར་འདི་ནི་ཐེ་ཆོམ་མེད།།

ཅེས་གསུངས་པས།

བརྒྱས་དམིགས་གསུམ་པོ་སྤྱབས་ཐོབ་གང་འོས་ཀྱིས་སྤྱགས་བརྒྱ། དེ་ཡང་  
 རྣམ་རྟོག་འེས་ཆེན། རྒྱང་བརྟན་པའི་བརྒྱས་པ་ནི། བདག་ཉེ་རུ་ཀ་སོགས་ཀྱིས།

ཐུགས་ཀར་ཉི་མའི་དགྲིལ་འཁོར་མཛུལ་ཁ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུའི་དབུས་སུ་རྩྱུ་སྟོན་པོ་ཤིན་ཏུ་གསལ་  
 བ་གཡོ་འགལ་མེད་པ། གནད་ལ་ཁབ་བཙུགས་པ་ལྟ་བུ། དེ་ལས་སྤྲགས་ཀྱི་སྤང་  
 བ་བྱུང་། ལུས་ཀྱི་གཡོན་ནས་བསྐྱོར་ཞིང་འཁོད་པ་ལ་དམིགས་པ་གཏད་ལ་བསྐྱས་  
 བ་བྱས་པས། སྤྲགས་ཀྱི་སྤང་བ་རང་གི་སྤྲ་བྲག་གཡོན་པ་ནས་ཐོན། སྤྱི་སྟོང་གི་  
 འཇིག་རྟེན་གཞལ་ཡས་ཁང་། བད་བཙུན་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་ལོ་སྟོམ་  
 པའི་ལྟ་ཚོགས་སུ་གྱུར་པའི་སྤྲ་བྲག་གཡས་པར་ཞུགས། སྤྱིང་གའི་རྩྱུ་ལ་ཐིམ། དེའི་  
 སྤྱིབ་གཉིས་ཐམས་ཅད་སྟོང་། རྩྱུ་ལས་སྤྲགས་ཀྱི་སྤང་བ་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྲ་བྲག་གཡོན་  
 ནས་ཐོན། རང་གི་སྤྲ་བྲག་གཡས་ནས་ཞུགས། ཐུགས་ཀའི་རྩྱུ་ལ་ཐིམ་ཞིང་འཁོར་  
 བར་དམིགས་ལ་བསྐྱས་པར་བྱ་བའམ། ཉོན་མོངས་ཤས་ཆེན་དོ་ལའི་བསྐྱས་པའམ།  
 ཐིག་ལེ་བརྟན་པའི་བསྐྱས་པ་ནི། རང་གི་ཐུགས་ཀའི་སོགས་གོ་སྤྱོད། ཡང་ན་དམ་  
 ཚིག་གི་བསྐྱས་པའམ་སྟོང་བསྟུན་པའི་བསྐྱས་པ་ནི། ལྟེ་བའི་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་སྐྱེ་  
 བའི་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་སྤང་དུ་རྒྱ་དཔེ་ཤིག་གསལ་བཏབ། དེ་ལས་ངོ་བོ་སྤྲགས་ཀྱི་  
 འཕྲང་བ་ལ། རྣམ་པ་མེད་ཀྱི་སྤང་བ་ལྟ་བུ། སྤྲ་བྲག་གཡས་ནས་ཐོན། དགྲིལ་  
 འཁོར་གྱི་ལྟེ་བའི་རྣམ་པར་གྱུར། འགོ་བའི་སྤྱིབ་གཉིས་སྤྱུངས། རན་སོང་ལས་  
 བཏོན། ཐར་པའི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད། སྤྲར་སྤྲགས་སྤང་སྤྲ་བྲག་གཡོན་ནས་  
 ཞུགས། ལྟེ་བའི་རྒྱ་དར་ཐིམ་པར་བསམ།

བསྐྱས་བུའི་སྤྲགས། སྤྱིང་པོ་ནི། ཡོ་སྤྱི་བཟོ། དཔལ་དོན། ཉེ་ཉེ་



རུ་གློ་ དཔལ་ཁག་མུང་དུ་བསྐྱར་བ་མི་ལེགས་གསུངས་གྲང་། གཞན་འདིར་  
 བསྐྱར་སོགས་མི་གསལ། དོན་ནི་དེ་རང་དུ་འབབ་པ་འདྲ། ཅུ་རྩེ་ཡུ། རྒྱུ་རྩེ།  
 མཁའ་འགྲོ་མ། རྩེ་ལ་སྐྱར་རྩེ། དུ་བ་སྐྱོམ་པ། སྐྱ་རྩེ། གཞི་རྩེ་གསལ་ལིག་  
 པའོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ཡིག་འབྲུ་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་པའོ། །ཨོ་རྩེ་ ༩༩  
 ཅུ་རྩེ་ཡུ། ཉེ་བའི་སྒྲིང་པོ། ཡིག་བདུན་མ་ནི་བསྐྱར་དུ་མེད་དེ། །སོག་སྐྱུགས་  
 ལྟ་བུ་ཡིན་གསུངས། ཡུམ་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ནི། ཨོ་བཟླ་བའི་ཅན་ལྟ་བུ་ཅུ་རྩེ་ཡུ། རྩེ་  
 རྩེ་རྩེ་པར་སྐྱར་མཛད་མ་ཞེས་བོད་པའོ། །ཉེ་སྒྲིང་ནི། ཨོ་སྐྱུག་བཟླ་རྩེ་ལྟ་བུ་བཟླ་  
 བཟླ་རྩེ་ལྟ་བུ་ཅུ་རྩེ་ཡུ། མི་ཉི་ཤེས་པ་ཞི་ཉི་མཐར་རང་རང་གི་སྐྱུགས་ཀྱི་བསྐྱོར་བ་ལས་  
 འོད་འགྲོས་འགྲོ་བའི་དོན་བྱས་རྩེ་རྩེ་རང་རང་གི་སྐྱུགས་འགྲོངས་བོན་དང་བཅས་པར་  
 ཐིམ་ཞིང་འཁོར་བར་གྱུར། སངས་རྒྱུས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་དེ་རྩེ་རབ་བསྐྱུགས་  
 མའོ། །ཞེས་བསྐྱུ། སྐྱུགས་སྐྱུ་ཕྱིན་ལས་བཞི་ཡི་བསྐྱུས་པ་བྱེད་ན་ཡང་། བསྐྱུན་  
 པ་དངོས་གཞི་གྲུབ་ནས་སམ། བྱན་མཚམས་རྩེ་མས་སྐྱུ་ལྟེ། དེ་ཡང་སྐྱུ་བྱན་མཐར་  
 ཞི་བ། གུང་བྱན་མཐར་རྒྱས་པ། དགོང་བྱན་(མཐར་)དབང་། སྐྱོད་བྱན་མཐར་  
 དག་པོའི་བསྐྱུས་དམིགས་བྱས་ན་འབྲེལ་མཚུངས་སོ། །དེ་ནས་འཁོར་ཀྱི་བསྐྱུས་དམིགས་  
 གཞུང་དུ་མི་གསལ་ཡང་། འཁོར་རྩེ་མས་ཀྱི་བྱུགས་ཀར་ཉི་གདན་ལ། ཉིང་ངེ་  
 འཛོན་སེམས་དཔའ་རྩེ་གི་མཐར་བསྐྱུས་བྱའི་སྐྱུགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བར་དམིགས་ལ་བསྐྱུ། དེ་  
 ཡང་ཨོ་རྩེ་ལྟ་བུ་ཅུ་རྩེ་ཡུ། དེ་བཞིན། ལྷ་མོ། ལྷ་རྩེ། ལྷ་རྩེ་ལྟེ། ལྷ་ལྟེ། ལྷ་ལྟེ།

ཞེས་རང་རང་(གི)མཚན་སྒྲགས་ཏེ། མཁའ་འགྲོ་(མ)། མཛེས་མ། དུམ་སྐྱེས་  
མ། གཟུགས་ཅན་མ་ཞེས་པའོ། །ཅུ་རྒྱུད་ལས། ཐོག་མར་ཨོྲ་དང་། མཐར་  
རྩྱུ་གཉིས་དང་། སྤྱུ་སྦྱར་བར་བཤད། གངས་ནི། ལྷ་བ་པས།

གཙོ་བོ་འབུམ་དང་འཁོར་ལ་གྲི།

ཞེས་གསུངས་པའི་གངས་སུ་བརྒྱས་པ་ནི་སྤྱིང་པོ་ལ་བྱ་ཡི། ཚུད་དུས་བཞི་འབྱར་  
བརྒྱ་བར་གསུངས་པས། འབུམ་ཕྲག་བཞི་བརྒྱ། འཁོར་ལ་འད་དེ་འི་རིགས་པས་  
དཔག་དགོས། ཐུན་དངོས་ལ་མ་ཡེངས་པར་བརྒྱས་པ་རྣམས་གངས་སུ་གཞུག་གི  
ཐུན་བར་དང་། སེམས་ཡེངས་ནས་བརྒྱས་པ་སོགས་གངས་ལ་མི་ཅི་ཡང་། ལྷག་  
ཆད་བསྐྱོང་ཕྱིར་བརྒྱ་བར་ནི་བྱའོ། །རྒྱས་པའི་སྦྱོན་ཏུ་ཅང་སྤྲུཆེ་བ་དང་། ཅུང་བ་  
དང་། ཐུར་བ་དང་། བུལ་བ་དང་། རིང་བུང་གི་ཆད་ལས་ཉམས་པ། དེ་གོ་  
ལྷོག་ནས་འདོན་པ་སོགས་སྤངས། དེ་ལྟར་བསྐྱེན་པའི་སྒྲུབས་པལ་ཆེར་ཐུན་བཞི་རང་  
བྱ་སྟེ། མཛོན་བཛྲོད་ལས།

དུས་བཞི་སྦྱོར་བ་བྱས་ནས་ནི།

བརྒྱས་དང་སྦྱོམ་པ་ཅེ་གཅིག་གྲ།

གསུངས་པ་ལྟར་ཐུན་བཞིར་འཛིན་ཞིང་། ཐུན་སོ་སོ་ལ་བརྒྱས་པ་ཅི་རུས་བགྲིས་རྗེས།

གཉིས་པ། ཐུན་གྱི་བསྐྱུ་བ་ནི། དེལ་བྱ་པའི་གཞུང་ལས།

གང་ཆོ་བརྒྱས་པ་སྦྱོ་བར་གྱུར་བ་ན།

ས་བོན་འོད་ཀྱིས་ཤེས་རབ་བདག་པོ་དང་།

འཁོར་ལོ་ས་དང་ཁང་པ་བཅིགས་པ་རྣམས།

སྤང་བར་བྱས་ཏེ་འོད་གྱུར་རིམ་བཞིན་བསྟ།

རྩྱུ་དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་བས་བདག་ཉིད་ནི།

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་གཡས་བརྒྱད་གོམ་པས་གནས།

ལང་ཚོ་གཞོན་པ་འབྱིང་བག་མཚན་དང་ལྷན།

ཕྱག་གྲུག་ལྷན་རྩྱེ་བྱིས་བྱ་འཆང་།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཐུགས་ཀའི་རྩྱུ་གི་འོད་ཀྱིས་རྟེན་གཞལ་ཡས་ཁང་འོད་དུ་བྱ།

འཁོར་རྣམས་ལ་སོགས། མེ་འོང་ལ་རྟས་བཏབ་པའི་རྒྱངས་པ་དབྱས་སུ་འདུས་པ་

ལྟར། རྒྱ་དལ་འདུས་ཏེ་རྒྱ་དལ་མི་དམིགས་པར་གྱུར་བའི་ངང་ལ་དར་ཅིག་བཞག

སྤྲར་ཡང་རྟེ་རུ་ཀ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པའི་རྣམ་པ་གྱུར་བར་བསྐྱོམ་མོ།

**གསུམ་པ། གཏོར་མའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། སྤྲོམ་འབྱུང་ལས།**

ཐྱོས་བྱེད་གཏོར་མ་མེད་པ་ལས།

སྤྲར་དུ་འབྱུང་བར་མི་འབྱུར་རོ།

དེས་ན་སྤྲོན་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས།

གཏོར་མ་རབ་རྒྱ་བསྐྱབས་པར་གསུངས།

ཞེས་དང་། ཀུན་སྤྱོད་སོགས་ལས་ཀྱང་གསུངས་པས། གཏོར་མ་གལ་ཆེ་ཞིང་།

དེ་ཡང་ཐུན་གྱི་ཐོག་མཐའ་དང་བསྐྱེད་པའི་སྤྱོད་སོགས་མ་དེས་པར་སྤྱོད་ཆོག་པ་ཡོད་  
 གང་། འདིར་བདག་བསྐྱེད་གྱི་ཐུན་མཚམས་སུ་གནང་འདུག་པ་ལྟར་ལ། དེ་ཡང་  
 འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་པའི་གཏོར་མ་གཉིས། ཐུན་མོང་དུ་  
 བྱིན་ཆབས་སྤོན་འགྲོའི་སྐབས་ལྟར། ཆབ་དང་ནང་མཆོད་བྲན་ནས། གཤམ་བདུད་  
 ཅི་ལྟར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས། འབར་བའི་ཕྱག་རྒྱ། རྟེན་པ་གཡོན་པས་གཡས་  
 མནན་པ་སོགས། ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ཡི་དོན་ཤེས་པ་གཤམ་ཆེ་སྟེ། དེ་ཡང་མཐུབ་མའི་  
 མདུད་པ་ནི། ཆགས་ལམ་པ་ལ་ཐབས་ཤེས་རབ་འབྱུང་པ། གྲོལ་ལམ་པ་ལ་  
 གཡས་གཡོན་རྒྱུད་བཀག་པ། རང་ལྟག་པར་གནས་པ་ལ་རྟག་ཆད་གྱི་མཐའ་བཀག་  
 པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་གུང་མོ་སྦྱར་བ་ནི། ཆགས་ལམ་པར་དོན་ཤེས་སྤྱོད་པ། གྲོལ་  
 ལམ་པར་རྒྱུད་དབུ་མར་འཛུང་པ། རང་ལྟར་གནས་པར་དབུ་མའི་ལམ་ལ་སྦྱར་བ། མཐེ་  
 བོང་དོན་ཤེས་བྱེད་པ། དང་པོ་ལ་ཨ་བ་རྩུ་ཏིའི་སྒོ་སྦྱང་པ། གཉིས་པར་ལྷོ་བར་རྩུ་ཏི་  
 སྦྱར་བ། གསུམ་པ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དམིགས་པ། དེ་དབུ་མ་བར་  
 བཞག་པ་ནི། ཆགས་ལམ་པ་ནམ་མཁའི་ཅུ་སྦྱང་པ། གྲོལ་ལམ་པར་རྩུ་ཏི་སྦྱི་  
 གཙུག་བསྒོམ་པ། ལྟར་གནས་པར་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་ལ་དམིགས་པ་གཙུག་ཅིང་བསྒོར་  
 བ་ནི། དང་པོ་ལ་རྩུ་པ་རྩུ་ཏི་བསྦྱོང་པ། གཉིས་པ་གཡས་གཡོན་བསྐྱབ་ཐག་གིས་  
 སྐབས་པ། གསུམ་པ་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་སྦྱར་བ། རྟེན་པས་མནན་པ་ནི།  
 དང་པོ་(དང་)གཉིས་པས་བཤང་བའི་རྒྱུད་དགག་པ། གསུམ་པས་མཐའ་གཉིས་དགག་

བ། སྤྱིང་དུ་བལྟ་བཞི། དང་པོ་གཉིས་འཁོར་ལོ་བཞི་ལ་དམིགས་པ། གསུམ་  
 སམ་ལམ་ལྟ་ལ་དམིགས་པ། གྲེན་དུ་པོ་སྟུ་ནི། དང་པོ་གཉིས་གྲིས་གཞུམ་མོ་སྤར་  
 བ། གསུམ་སམ་གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་གྲིས་གཞན་དོན་བྱེད་པ། རྩོགས་  
 བརྒྱའི་དཔའ་བོ་དཔའ་མོ་དགུག་པ་ནི། དང་པོ་གཉིས་གྲིས་སྤྱི་བོའི་རྩ་འཁོར་ལོ་གཉིས་  
 ནས་བྱང་སེམས་དགུག་པ། གསུམ་སམ་རང་གི་རྒྱུད་རྩོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་སེམས་  
 དཔའ་དགུག་པའི་དོན་དུ། སྟོབ་དཔོན་དཔའ་བོ་རྩོམ་ཀུན་སྦྱོང་འབྲེལ་པར་བཤད་  
 པ་སྟེ། འབར་བའི་ཕུག་རྒྱ་གོང་འོག་ཐམས་ཅད་ལ་དོན་དེ་ཤེས་དགོས་པ་ལགས་ཞེས་  
 རྩོགས་བརྒྱའི་དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མ་རྣམས་དང་། ལྷན་ཅིག་དབང་པོ་ལ་སོགས་  
 པའི། རྩོགས་སྦྱོང་བརྒྱ་ཡང་བཀུག་པར་བསམ་ལ། སྟོམ་འབྱུང་ལེན་ལོ་གཉིས་པ་  
 ལས་འབྱུང་བའི་རྩོགས་བརྩོན་དེ། ཡིན་ཏེ། དབང་པོ། ཡ་མ། གཤིན་རྩེ།  
 བ་ཅུ་ཤ། ཅུ་ལྷ། ཀུ་བེ་ལྷ། གཞོད་སྦྱིན། མ་དུ་ལྷ། འབྱུང་པོ་ཆེན་པོ།  
 ཡལ་ལྷ། མེ་ལྷ། རྟ་ལ། སྤོན་པོ། སུ་ཡུ་དེ་མ་ཏ། རྩང་ལྷ། ཅན། རྩ་  
 བ། སྤུ་ཏ། ཉི་མ། བུ་མ། རྩང་ལ། ཡལ་ལྷ། ལྷ་མ་ཡིན། འདིར་  
 ཡུ་ཏུ་དེ་མ་ལྷིས་པ་ཡི་གེ་མ་དག་པ་མཛོན། རྒྱ་བོད་ཀྱི་གཞུང་ཁྱད་ཐུབ་གང་ནས་ཀྱང་  
 མ་བཤད། བེ་མ་ཅི་ཏི། ཐགས་བཟང་མིས། བྱི་བྱི་ལྷ་དེ་མ་ཏ། སའི་ལྷ་མོ་  
 རྣམས་ཀྱི་རྩོམ་སྟེ། ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཡུ་ཀུན་ཡ་རྩོམ་ འཁོར་དང་བཅས་པ་སྤྱིང་དུ་  
 བྱུག་ ཅེས་བཏགས་པས། མཐོན་བཀུག་ལ་དུར་ཁྱོད་བརྒྱུད་ན་གནས་པའི་རྩོགས་

སྐྱོང་རྣམས་ལ་གཉིས་སུ་མེད་པར། རྩི་བྱི་རྩི་ཞེས་བསྐྱེམས། སྤྱི་ལོ་  
 ལེགས་པར་ཆོས་ས། སམ་དེ་ལྟ། ལྷ་ཚོགས་ཐམས་ཅད། སྤྲུལ་ཀྱིས། སྤྲུབ་  
 པ་པོ། ལྷ་ཚོགས་སུ། ཞི་བའི་ལས་མཛོད། ལྷ་ཚོགས་སུ། སྤྲུབ་པར་མཛོད།  
 སམ་ཀྱིས། ལས་ཐམས་ཅད་མཛོད། སྤྲུལ་ཀྱིས། སྤྲུབ་པར་མཛོད། ལ་  
 སྤྲུལ་པ་སྤྲུལ་པེ། རི་ལྟར་བདེ་བའི་བདེ་བ། ཞེས་པས་སྤྲུབ་དངས་ལ། རྩི་གཉིས་  
 ཉེར་སྤྱོད་ཀྱིས་ཐུན་མོང་དུ་མཛོད། སང་ཀོར་བྱ་ཞིང་རྒྱ་སྐད་དམ་བོད་སྐད་ཀྱིས། མཐའ་  
 འགོ་མ་དུ་བ་དམ་པའི་བདེ་བ། སམ་ལ་སྤྱི། སམ་ལ་རྩི་ཞེས་སྤྲུགས་ཚན་  
 གཉིས་ལན་གསུམ་བཅོད། ལག་གཡོན་དབྱེད་པའི་གཡས་སྤྲུབ་དང་། གཡས་  
 པ་གསལ་བྱེད་ལས་ཉི་མ་སྤྲུབ་པའི་དབྱེད་སྤྲུབ་སྤྱི་ཡིག་གིས་མཚན་པའི་དེ་ཅི་ཐལ་མོས་གཏོར་  
 མ་བཏེག་པར་བསམ་ལ། རྩི་ལྷ་ཚོགས། གཞན། ལྷ་ཚོགས་སུ། རིས་སྤྲུགས་  
 བ། སམ་རྩི་ཞེས་ཚོས་ཐམས་ཅད། སམ་རྩི་ཞེས་ལྷ་ཚོགས་སུ། ལྷ་  
 ཚོགས་སུ། རིས་སྤྲུབ་ལྷ་ཚོགས་སུ། སམ་རྩི་ཞེས་ཚོས་ཐམས་ཅད། ལྷ་  
 ཚོགས་སུ། མཐའ་དང་བལ་བ། (ལྷ་ཚོགས་སུ།) ལྷ་ཚོགས་སུ། རིས་སྤྲུབ་  
 ལྷ་ཚོགས་སུ། སམ་རྩི་ཞེས་ཚོས་ཐམས་ཅད། རྩི་ལྷ་ཚོགས་སུ། དེ་ཅི་གསུམ་  
 གྱི་རང་བཞིན་ཞེས། དེ་ཅི་ཐལ་མོས་གཏོར་མ་བཏེག་ལ། སྤྲུབ་ལྷ་ཚོགས་སུ། ལྷ་  
 ཚོགས་སུ། སམ་རྩི་ཞེས་ཚོས་ཐམས་ཅད། ལྷ་ཚོགས་སུ། སྤྲུབ་ལྷ་ཚོགས་སུ།  
 མཐའ་དང་བལ་བ། ལྷ་ཚོགས་སུ། རིས་སྤྲུབ་ལྷ་ཚོགས་སུ། སམ་རྩི་ཞེས་ཚོས་ཐམས་ཅད། ལྷ་

95

ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་གསང་སྤྲུགས་བརྒྱ།

ཞེས་འབྱུང་། སྤྲུལ་བྱུང་ལས་གསུངས་པའི་ཨོ་ཡོག་ཤུལ་མོགས་བཟོད་ཅིང་། པད་  
ཀོར་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་(དང་)བཅས་འབྱུང་ཚུལ་གྱ། ཡེ་ཞེས་པའི་མགོན་རྣམས་རང་དང་གཉིས་  
མེད་བསམ། མཐེབ་སྤྲོད་གྱི་སེ་གོལ་ཕྱིར་བཤབ་སྟེ། འཇིག་རྟེན་པའི་མགོན་  
རྣམས་ལ། ཨོ་བྱེད་གྱི་སེམས་ཅན་སོགས་བཟོད། ཨོ་བརྟེན་ལྷ་ ཞེས་བཟོད།  
སྤྲུགས་དོན་དོན་ཤོལ། ཞེས་སོ། །སྤྲོན་དུ་བསྟུ་རིམ་མ་བྱས་ན་འདིར་བསྟུ་རིམ་གྱ།  
སྤྲོན་བྱས་ཟིན་ན་འདིར་གོ་ཆ་དུག་བཅིངས་ཏེ། བདག་ཉིད་བཅོམ་ལྷན་འདས་སྤྲུགས་ལ་  
བའི་སྟིང་གར་ཨོ་རྟ་དཀར་པོ་སོགས་གོ་ཆ་དུག་བསྟོམ། ཡབ་རྒྱུང་ཡིན་པས་ཡུམ་གྱི་  
གོ་ཆ་ནི་མི་དགོས་ཤིང་། ཞལ་བཞི་པའི་སྤྲུགས་གྱིས་བསྟུང་ཞིང་། ཤེས་པ་བཟོད།  
དགེ་བ་བསྟོབ་སོགས་གྱ།

བཞི་པ། ཐུན་སྤྱིའི་བར་གྱི་སྤྱོད་ལམ་ནི། ལ་ཟས་འབྲུག་གསུམ་དང་ཉ་ཉ་  
ཇིས་བྱིན་བརྒྱབས་པར་བྱ་སྟེ། སྤྲུལ་བྱུང་ལས།  
ཨོ་ལྷུ་ལྷོ་ཞེས་སྤྲུགས་གྱིས་ནི།  
རྟག་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་བྱ་ཞིང་།  
ཉ་ཉ་ཇི་ཞེས་སྤྲུགས་གྱིས་ནི།  
སྤྱངས་པ་དང་ནི་རྟོགས་བྱ་སྟེ།  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། ཨོ་ས་མ་ཡ་ཤུལ། སམ་རྟམ། ཆོས་ཐམས་ཅད་



མཉམ་པར་དག་པའི། ས་མ་ཡ་འཕྲོད་ཉི། མཉམ་པ་ཉིད་དུ་དག་པ་ངའོ་ཞེས།  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་དག་པའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་རང་གི་ལྷེ་རྒྱུ་ལས་རྗེ་ཤིང་ཀར་པོ་  
 ཅེ་གཅིག་པའི་རྣམ་པར་མོས་པས། ལུས་ཀྱི་རྩ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཚོགས་ལ་ཕུལ་བར་མོས།  
 ཨོྲཱ་ཨྲཱ་མྲི་ཏ། ཨུ་ད་ཀ། རྩྱཱྱ་ཐ་ཐ། རྩྱཱྱ་ཨྲཱ་རྩྱཱྱ་རང་གིས་ལག་པ་གཡོན་པས་  
 རྒྱངས་(ལ)ལོངས་སྦྱང་(དོ)། ལུས་ཀྱི་ཆོད་བང་གི་དུས་ལྟར་ལྷ་ཡི་རྩལ་བཀྲུས་པར་  
 བསམ། གཉིད་ཀྱི་དུས་སྒོད་བརྩུང་འོད་གསལ་དུ་བསྐྱེད་ཅིང་ཉལ། སད་པའི་དུས་  
 རྣལ་འབྱོར་མའི་སྒྲུས་བསྐྱལ་བས་སད་པར་བསམ་ལ་ལྟང་། གཞན་ཡང་། སྦྱོང་  
 ལམ་ཐམས་ཅད་ལ་མ་ཡེངས་པར་གཡོན་པའི་ཀུན་སྦྱོང་བྱ་སྟེ། རྗེ་མཁའ་འབྱོར།

བསྟན་པ་དང་ནི་གཡོ་བ་དང་།

འགོ་ཀུན་གཡོན་ལས་འབྱུང་བས་ན།

གཡོན་གྱིས་བཟའ་ཞིང་གཡོན་མཆོད་བྱ།

ཞེས་དང་། མཛོན་བརྗོད་ལས།

གཡོན་པའི་སྦྱོང་པ་ཤེས་རབ་སྟེ།

གཡས་པ་དེ་བཞིན་ཐབས་ཡིན་ནོ།

ཞེས་དང་། བརྒྱ་མོགས་ཀྱང་གསུངས་མོད། བྱེད་པ་རྩུང་བས་མ་བྱིས། དེ་ལྟར་

བྱངས་དུས་རྟག་གསུམ་གྱི་བསྟེན་པ་ཐོན་ནས། ཇི་ཅམ་བསྐྱས་པའི་བརྩ་ཆའི་སྦྱོར་

སྟེག་ཀྱང་བྱ་དགོས་ཏེ། སྒོ་མ་འབྱུང་ལས།

འབྲུམ་ཕྱག་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་ནས་ནི།

བརྩ་ཡི་ཆ་ནི་སྦྱིན་སྲེག་བྲ།

འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་འདས་དངོས་གྲུབ།

སྤྱར་དུ་འགྲུབ་ཀྱི་གཞན་དུ་མིན།

ཞེས་གསུངས་པས། སྦྱིན་སྲེག་གི་ཚུལ་ནི་གཞན་དུ་གསལ་ལ། གཞན་ཡང་ཞར་

བྱང་། མ་ཆོད་པ་ལ་སྒྲོང་བ་ལ་ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སོགས་དང་། ལུ་བ་པས།

སྦྱི་ཁོར་དང་། ལག་པ་མཆོད་པ་ཡང་གསུངས་པས། ལག་པས་མཆོད་པ་དང་། ལག་

པ་མཆོད་པ་གཉིས་སུ་བཤད་པའི། སྦྱི་རོལ་དང་ལག་པས་མཆོད་པ་སྦྱོན་དུ་སོང་ནས།

ལག་པ་མཆོད་པ་དང་། ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྩུང་བྱང་བཤད་ནས། ལུ་བ་པ་

སོགས་ཀྱིས། ཚོགས་འཁོར་བྱེད་ན། ལག་པ་མཆོད་པའི་ཆོ་ག་སྦྱོན་དུ་བྱེད་

པར་བཤད། སྐབས་གཞན་དུ་འང་ཆོས་བརྩ་སོགས་ལ་བྲ། རྒྱུན་དུ་འང་བཟའ་

བརྩུང་གི་དུས་སོགས་སུ་བྱན་པར་བྲ་སྟེ། དྲིལ་བུ་པས།

ཟས་ཀྱི་རྩི་རྩེ་སེམས་སོགས་དང་།

སྦྱིང་གའི་དཀྱིལ་འཁོར་སྦྱིན་སྲེག་བྲ།

ཞེས་གསུངས་པའི་དགོས་པ་ནི། ཀུན་སྦྱོང་ལས།

རྣལ་འབྱོར་པ་ཡི་ལག་མཆོད་ཀྱིས།

དབུལ་བ་ཡིས་ནི་འདོད་དོན་འགྱུར།

ཡིད་ལ་བསམ་པ་འགྲུབ་པར་འགྱུར།

99

དགོང་བསྐྱེད་ཡབ་རྒྱུ་དུ་བསྐྱོམས་ཀྱང་ཚོགས་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རྗེ་རྒྱུ་  
 བཤད། ཡང་ན་ཤིན་ཏུ་བསྐྱེད། ཉ་ཉི་ཉུ་ཉེ་ཉོ་ཉུག་སོར་སེན་དང་། བེ་ཡོ་མོ་  
 ཉོ་ཉུ་ལྟ། ཉུག་ལག་མཐིལ་དུ། དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མོར་མོས་ཀྱང་རུང་བར་  
 གསུངས་པས། རང་གང་འདོད་བྲ། ལག་པའི་རྒྱབ་བོལ་དུ་འདྲ། མཛོན་བཟོད་ལས།  
 དཔའ་བོ་བརྒྱབ་ཏུ་གཤེགས་པར་གསོལ།

གསུངས་པས་འཁོར་ལོ་སྒྲིམ་པ་ལྟ་ལྟའི་དགྲིལ་འཁོར། མེ་ལོང་ལ་གཟུགས་བརྒྱན་  
 ཤར་བ་ལྟར་གསལ་བར་བསྐྱོམ། ལག་པའི་གསོགས་ས་ཁམས། ཐག་ཐུ་ཁམས།  
 རྩོད་མེ་ཁམས། གཡོ་བར་བྱེད་པ་རྒྱུང་ཁམས། བར་སྟོང་དང་སྐབས་སོགས་ནས་  
 མ་ཁའི་ཁམས་ཉེ་ལྟ། ལྟར་བྱེད་མ་སོགས་ལྟ་མོ་ལྟར་མོས་པར་བྱས་ལ། རྒྱས་པར་  
 ན་སོ་སའི་སྐྱགས་ལ་ཉེར་སྟོང་སྐྱར་བས་མཚོད་པར་གསུངས། བསྐྱེད། ཞོ་སྐྱ་  
 བྱིར་ཡོ་གི་རྩི་ས་པ་རི་བྱར་བཟོ་བྱེད་པ་རྩི་རྩི་སྐྱ་དུ། ཞེས་སོགས་དང་། ཤིན་  
 ཏུ་བསྐྱེད། ཞོ་བཟོ་བྱེད་པ་རྩི་རྩི་སོགས་ལྟས་མཚོད། རྒྱུང་བརྒྱད་གཉིས་ཀྱིས་  
 བསྟོད། ཞོ་ལྟུང་རྩི། གཡས་པས་ཁུ་བའི་རྒྱས་བྱངས་ལ། གཡོན་གྱིས་བྱིན་  
 ཐམས་ཅད་བྱག་པ་དང་། ཆང་གིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱག་ལ། ལག་པ་གཡོན་པ་དེ་  
 དཔའ་བོ་དང་རྒྱལ་འབྱོར་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བྱིན་བརྒྱབས་པར་མོས་ལ་ཤད་ཟན་སྐྱགས་  
 པ་རེས་མཚོད་ལ། ཞོ་བེ་ཉོ་ཡོ་སོགས་ལག་མཐིལ་ལ་གཡོན་བསྐྱོར་དུ་འབྱལ། ཞོ་  
 ཉ་ན་མ་ཉི་སོགས་སོར་མོ་རྒྱམས་ལ་གཡས་བསྐྱོར་དུ་ལན་གསུམ་ལུལ་བར་གསུངས། ལྟག་

ཆད་ཁ་སྐོང་ཕྱིར་ཡིག་བརྒྱ་བརྒྱད། སྐུའམ་དང་མཐུན་པའི་གསོལ་བ་བཏབ་ལ། རྒྱུ་  
 དེ་རྣམས་ཚོགས་བྱེད་ན་རྩེད་ཟད་བསྟེ། གཞན་ལག་པ་ལ་འགོས་པའི་རྒྱུ་རྣམས་  
 གྱུང་བསྐྱུས་ལ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་དོན་དུ་སྒྲོད་གཅིག་ཏུ་བཞག། འོངས་སྒྲོད་འཕེལ་བའི་  
 དགོས་པ་ཡོད་པར་གསུངས། ལག་པའི་ལྷ་ཚོགས་ཐམས་ཅད་རང་ལ་ཐིམ་པར་  
 བསམ་ལ། བད་ཀོར་བཅས་ཐལ་མོ་སྦྱར་བ་གནས་གསུམ་དུ་བཞག་ཅིང་། རྩྱི་  
 ལྷུ་ཨོ་ཞེས་བརྒྱད་པར་བྱའོ།

གཏིས་པ། ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ནི། སྒོ་བ་དཔོན་དྭེ་རིལ་བུ་པས།

བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་ཡིན་ཏེ།

ཚོགས་ལ་དངོས་གྲུབ་མཚོག་ཐོབ་འགྱུར།

དེ་ཕྱིར་དེ་ཡི་ཚོ་གཞི།

བརྒྱད་དང་བརྒྱ་བཞི་བཙོ་ལྷ་དང་།

ཚོས་བརྒྱ་ལ་ནི་དེ་རབ་མཚོག།

གསུངས་པས། ཚོགས་རྒྱུ་ཐབས་ཀྱི་རྒྱུ་གཡས་དང་། ཤེས་རབ་མ་ད་རྒྱ་

སོགས་གཡོན། མཐུར་བ་སོགས་དབུས་སུ་སྟག་གི་པགས་པ་སོགས་ཀྱི་སྟེང་དུ་

བཞག་ཞིང་། ཆབ་དང་ནང་མཚོད་ཀྱིས་བྱན་ལ། འུ་བདུད་ཅི་ལྟར། བདུད་

ཅི་བྱིན་བརྒྱབས་སྐུའམ་ལྟར་བྱིན་ལྟུངས། ཚོགས་མགོན། ལྷ་མ་བརྒྱད་པ་རྣམས་

དང་། ཡི་དམ་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པ། མཁའ་འགྲོ་དྭེ་རིལ་མོ། ཚོས་སྐོང་མ་

མགོན་ལུ་འཕྲུལ་སོགས་སྤྱན་དྲངས། གནས་ཡུལ་མཆེད་ལུ་མཚོགས་རྒྱུ་སོགས་  
 ལ་བྱིན་རྒྱབས་ཆོག་ཟིན་ལྟར་བྱས་ལ། འབྲུལ་བ་དང་འོངས་སྤྱོད་ལ། རྩོམ་པོ་སྤྱོད་  
 ལེན། བདེ་བ་ཕུན་ཚོགས་སོགས་ཀྱིས་སྤྱོན་ལམ་བཏབ། ལྷག་མ་བཏང་བ་སོགས་  
 དཀྱུས་ལྟར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བཅོམ་ལྷན་འདས་འཁོར་ལོ་སྤྱོམ་པའི་དགྲིལ་འཁོར་ཆེན་  
 པོ་འདྲིར་དབང་བཞི་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གིས་ལམ་བསྐྱེད་རྩོགས་ཉམས་སྤྱུང་ན་པན་ཡོན་  
 བློ། ཅ་རྒྱུད་ལས།

མི་མཚོག་གང་ཞིག་ཀུན་སྤྱོད་པ།  
 སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་དག་པས།  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ས་ཐོབ་ཅིང་།  
 སྤྱོད་དང་སྤྱོད་བར་བདེ་གཤེགས་ཀྱི།  
 རིགས་སྤྱོད་རྒྱལ་པོ་ཆོས་ལྷན་འབྲུར།  
 རི་ལྟར་སྤྱོན་བསགས་སྤྲིག་པ་ཡི།  
 མཚན་ཉིད་ཐམས་ཅད་དམན་པ་སྟེ།  
 གང་ཞིག་འདི་ནི་རྟག་སྒྲོམ་པ།  
 ས་ལ་འདོད་པ་ཀུན་དབང་ལྷུག།  
 དཔེར་ན་མར་གྱིས་གང་བའི་སྤྱོད།  
 མེ་ཡི་དབུས་སུ་བཞག་ན་ནི།

མར་གསར་སྟེང་དུ་ཞུ་འགྱུར་ཞིང་།  
 སྟོད་ཀྱི་བྱི་མ་འཛིགས་པར་འགྱུར།  
 དེ་བཞིན་གླི་ཏེ་ཅུ་ཀའི།  
 མཚན་གྱིས་སྒྲིག་པ་འཛིགས་པར་འགྱུར།  
 བསམ་གཏན་སེམས་པ་ཙམ་གྱིས་སམ།  
 གྲོག་ཅིང་ཁ་སྟོན་བྱིས་པ་ཡིས།  
 མཐོ་རིས་ལོངས་སྟོད་ཐོབ་འགྱུར་ལ།  
 ཡང་ན་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ་འཐོབ།  
 རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་འཕོ་བའི་ཆོ།  
 བྲག་འཐུང་དཔལ་སོགས་རྣལ་འབྱོར་པས།  
 ལག་ན་མེ་ཏོག་སྒྲ་ཚོགས་ཐོགས།  
 རྒྱལ་མཚན་བ་དན་སྒྲ་ཚོགས་དང་།  
 རོལ་མའི་སྒྲ་ནི་སྒྲ་ཚོགས་དང་།  
 སྒྲ་ཚོགས་སྒྲ་ཡིས་མཚན་པ་ནི།  
 འཆི་བ་ཞེས་བྲ་རྣམ་ཏོག་སྟེ།  
 མཐའ་སྟོད་གནས་སུ་འབྲིད་པར་བྱེད།

ཅེས་(སོགས་རྒྱས་པར་གསུངས་པས། ཡི་དམ་འདི་ཉིད་རྒྱད་སྟེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཏོག

མ་རྒྱུད་ཀླུ་གྱི་སྒྲིང་ཁག་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ཉམས་སུ་ལེན་པར་རིགས་སོ།།

གྲུབ་ཆེན་དྲིལ་བུ་པའི་ཞབས་ཀྱིས།

དམ་ཚིག་ལྡན་ཞིང་སྒྲ་མ་ལ་གྲུས་དང་།

སྒྲོམ་སྒྲུབ་བརྩོན་ལ་དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་།

ཆོ་དང་ལོངས་སྟོང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་།

དཔལ་དང་དབང་ཕྱག་གཟི་བཞིན་ལས་རྣམས་འབྱུབ།

བསྟན་བཅོས་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་མཁས་པ་དང་།

ཁོ་ལ་བ་འཛུམས་པའི་སྒྲ་བ་ཆེན་པོར་འབྱུར།

རྩི་རྩི་འཆང་ཆེན་ཉིད་ཀྱང་སྒྱུར་བུ་འཛོམ།

ཅེས་སོགས་རྒྱས་པར་གསུངས་པས་ཡི་དམ་འདི་ཉིད་རྒྱུད་སྡེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྟོག་མ་

རྒྱུད་ཀླུ་གྱི་སྒྲིང་ཁག་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ཉམས་སུ་ལེན་པར་རིགས་སོ།།

ཨོ་སྦ་སྒྲི། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་རྒྱལ་མཚན་བ་གམ་(བཅུགས་པའི)ཅེར།

རྣལ་འབྱོར་མ་རྒྱུད་ནོར་བུའི་ཕུང་པོ་ལས།

བྲ་བ་སྡོམ་པའི་ཡིད་བཞིན་དབང་གི་རྒྱལ།

མཚོག་ཐུན་འདོད་དགའི་ཆར་ཆེན་འདི་ན་བསྒྲིལ།

ཤིན་ཏུ་རྟོགས་དགའི་རྒྱུད་དོན་རྒྱ་མཚོའི་མཐའ།

ཇི་བཞིན་རྟོགས་པའི་འཕགས་ཡུལ་དེད་དཔོན་མཚོག།



དྲིལ་བྱ་པ་ཞེས་ཉི་ལྟར་གྲགས་ཆེ་དེའི།  
 རྗེས་འབྲང་བ་ཀའ་བརྒྱད་གོང་མའི་ཡི་དམ་མཆོག།  
 འཁོར་ལོ་སྟོམ་པས་དོན་གཉིས་མཆོག་སྟོལ་ཐབས།  
 སྐྱབ་ཐབས་རྒྱལ་དབང་རྒྱའི་ལྷགས་བསྐྱིགས་ལ།  
 ཆོག་དོན་མཐའ་དུག་སྟོ་ལྷགས་འབྲེད་བྲེད་པའི།  
 ལག་ལེན་གསལ་གྱི་ལྷ་མིག་འདི་ནས་རྙེད།  
 སྐྱིགས་ལས་ཆེས་སྐྱིགས་བསྐྱལ་བའི་མཐར་ལོན་པས།  
 ལེགས་བཤད་འདི་འདྲ་འཆད་ཉན་བྲེད་པ་དགོན།  
 བདག་ནི་དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མའི་བཀའ་དྲིན་གྱིས།  
 རྒྱུད་དོན་བཟླ་བའི་མིག་ནི་རྩུང་ཟད་བྲེད།  
 འོན་ཀྱང་རྩུལ་བཞིན་མ་རྟོགས་ལོག་རྟོག་དང་།  
 རྒྱུད་དོན་གསང་བ་བརྟེན་སོགས་ཉེས་པའི་ཆ།  
 ཆོ་རབས་སྒྲིག་དང་ལྷན་ཅིག་མཐོལ་བཤགས་གྱི།  
 ལྷ་དང་མཐའ་འགྲོ་མཁས་པས་བཟོད་པར་མཛོད།  
 འདི་ལས་བྱུང་དང་རྣམ་དཀར་དག་བའི་ཆབ།  
 རྣམ་དག་བྱང་རྩལ་རྒྱ་མཚོ་ཆེར་འབབས་ཏེ།  
 འགྲོ་ཀུན་འཁོར་བའི་དུལ་ཁས་སྟོམ་པ་ལ།

བདུད་ཅིད་ཆར་རྒྱན་ཟད་པ་མེད་པར་ཞོག།

ཅེས་དཔལ་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པའི་སྒྲུབ་ཐབས་དོན་གཉིས་མཆོག་སྒྲུལ་གྱི་རྣམ་པའད།  
དྲིལ་བུའི་ཞལ་ལུང་བྱ་བ་འདི་ཉིད། འབྲི་ཐེལ་ཤར་གྱི་སྤྲོད་བ་པ་དགོས་སྤྲོད་དགོན་མཆོག་  
རྣམ་རྒྱལ་སོགས་མཚམས་པ་འགའ་ཞིག་གིས། འདིའི་སྒྲོར་ཞིབ་མོར་བྲིས་པ་ཞིག་  
དགོས་ཞེས་བསྒྲུལ་གྱང་། རང་ཉིད་རྣམ་གཤེད་གི་ཁོལ་པོར་སོང་ཞིང་བསྐྱེད་རྫོགས་  
གྱི་དོན་ཇི་བཞིན་ཤེས་པར་དགའ་བས་ཡུན་རིང་ལུས་པ་(ལ)། ཉེ་ཆར་རང་གི་ཆོ་བོ་  
དགོན་མཆོག་སྒྲོ་བྲོས་ནས་ཡང་ཡང་བྲིས་ཞེས་བསྒྲུལ་ནས། གསྒྲུབས་མགོན་ཡབ་  
སྤུས་གྱི་ཞབས་མིར་ཡོད་སྒྲུབས། རིན་པོ་ཆེར་གཟིགས་ཡང་ཡང་ཕུལ་ཞིང་། ཐུགས་  
རྟོགས་ཞིབ་འཇུག་གནང་བས་རྗེས་སུ་གནང་བའི་བཀའ་ཐོབ་ནས། འབྲི་གུང་པའི་  
རྗེས་འཇུག་ཁམས་སྒྲོ་བྲི་བ་དོན་གྲུབ་ཆོས་དབང་གིས་རྩ་ཆེན་གྱི་ལོར་སྒྲོ་ལུང་ཆོས་གྲུ་ཆེན་  
པོར་བྲིས་ནས། རིན་པོ་ཆེ་ལ་གཟིགས་སུ་ཕུལ་བའི་བཀའ་གནང་སྒྲོན་ལམ་དང་  
བཅས་པ་འདི་ལྟར་རོ།

དེ་ལྟར་འཕགས་ལུལ་གྱི་པཏ་གྲུབ་ཀུན་གྱི་ས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཅིག་ཅར་དུ་རྫོགས་ཏེ་  
མཆོག་ཐུན་ཆོ་འདིར་བརྟེན་བྱེད་གྱི་གདམས་པ། མགོན་པོ་འབྲི་གུང་པ་ཡབ་སྤུས་གྱི་  
ཐུགས་དམ་གྱི་ལྟ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པ་(དྲིལ་ལུགས)ལྟན་སྒྲེས་ལྟ་ལྟའི་  
སྒྲུབ་ཐབས། རྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་རྒྱའི་ཞབས་གྱིས་མཛད་པ་དོན་གཉིས་  
མཆོག་སྒྲུལ་འདི་ཉིད་གྱི་བསྐྱེད་རྫོགས་གྱི་དགོངས་དོན་དཔྲིས་ཐྱིན་པ་རྟོགས་པ་ཞིག་རང་

རྩོགས་ལ་ཉིན་སྐར་ལས་དགོན་ཅིང་། རྒྱུ་ལ་འཛིན་དགོལ་ཤེས་པ་ཙམ་ལ་ཚོགས་ཤེས་  
 པར་སྒྲོམ་ནས་སྐྱབ་བརྩུད་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་ཀྱི་བཞེད་སྟོལ་ནི་ན་བུན་རྒྱུད་གིས་གཏོར་  
 བ་ལྟར་ཡལ་བའི་སྐབས་འདིར། རང་ལེན་ཚོས་སྐས་རིགས་ལམ་མཐའ་དག་དང་སྟེ་  
 སྟོད་རྒྱུད་སྟེའི་བསྐྱེད་རྫོགས་ལ་མ་ཚད་ས་པ་ཁམས་སྟེ་ཉིན་རྫོང་ཁྱི་པ་དོན་གྲུབ་ཚོས་  
 དབང་གིས་མ་རྩུད་ཀྱི་དགོངས་དོན་རྟེན་བྱ་བ་དེའི་བྱའི་ཞལ་ལུང་ཞེས་བྱ་བ་བཅུམས་པ་འདི་  
 ལ། འབྲི་གུང་པ་བསྟན་འཛིན་པསྟེ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ཞིབ་འཇུག་བགྲིས་པས་ཚད་  
 མའི་གནས་སུ་མཐོང་ཞིང་། སྐད་ནས་རང་ལེན་བསྟན་པའི་སྟོར་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 ཚོགས་ཆོག་གི་ལམ་དུ་མ་བཞག་པར་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་དོན་ལ་འདི་བཞིན་ནན་ཏན་ཆེན་པོས་  
 ཉམས་སུ་སྦྱངས་ཏེ་འབད་འཚལ་ལོ།

འདི་ལྟར་བསྐྱེད་རྫོགས་དགོངས་དོན་བཀའ་བའི་མཐུས།

ལུས་ཙན་འགོ་རྣམས་ལྟན་སྐྱེས་མཛོན་གྱུར་ཏེ།

འཁོར་བའི་ཚུ་གཏོར་ཆེན་པོ་ཡོངས་སྐྱེམ་ནས།

ཐུབ་བདག་ཏེ་རུ་ཀ་དང་རོ་གཅིག་ཤོག། བློ་ཡ་རྒྱ།

མཚན་ཙམ་ཐོས་པས་སྤྱིད་ཞིའི་ཐུན་པའི་སྒྲག།

མཐར་མཛད་ཡེ་ཤེས་སྤྱང་བའི་འོད་པོ་ཆེ།

འགོ་ཀུན་སྟོ་ཡི་པད་ཚལ་རྩོུའི་ཐེག།

འདབ་སྟོང་རྒྱས་མཛད་སྒྲ་མ་མཚོག་ལ་འདུད།

གསེར་གྱི་རི་ལ་གནས་པའི་འདབ་ཆགས་བཞིན།

སྒྲ་མའི་དྲིན་ལས་བྱུང་བའི་ཟིན་རིས་འདི།

མི་ལུ་རྒྱས་ཕྱིར་དཔར་དུ་བསྐྱབ་པ་ཡིས།

མཐུན་རྒྱུན་དཔར་ཡིག་རྒྱུ་མཁན་གིང་བཟོ་དང་།

མཉེར་དང་ལས་འཛིན་ཞུ་དག་བྱེད་པོ་སོགས།

འདྲིར་སྤྱོད་སྒྲ་རྣམ་དཀར་དག་ཆོགས་བཞིས་པ་རྣམས།

ཐམས་ཅད་སྤྲིད་པའི་འཆིང་བ་ཡོངས་གྲོལ་ནས།

ཐུབ་བདག་ཉེ་རུ་ཀ་དང་རོ་གཅིག་ཤོག།

ཉི་འོད་གྱིས་འཁྱུད་རྫོང་གི་སྒོར།

གཅིག་ལས་དུ་མའི་འཕྲུལ་གྲུབ་ཆོ།

དཔར་བྱང་སྒྲོན་ལམ་བཅས་པ་ཡང་།

བྱེད་པོར་རང་གིས་བཏབ་པའོ། །བི་ཇ་ཡུལ།

(སྒྲས་པ།) །བདེ་གསལ་གསུམ་གྱིས་རབ་སྤྲུགས་གསང་ཆེན་དཔྱིད།

བདེ་བའི་རང་གཟུགས་མཆོག་གྲུར་བཅོམ་ལྷན་འདས།

བདེ་མཆོག་འཁོར་ལོའི་རིམ་གཉིས་གསལ་བྱེད་བསྐྱུན།

བདེ་བ་ལ་མཆོག་འགྲོ་གྱུན་རྟག་ཅེན་ཤོག།

ཅེས་པའང་འབྲི་འབངས་རྣམས་མུ་དྲར་གྱིས་བཞིས་སོ།།

---

ཆོག་དོན་ལུ་དག། བཀའ་ཚུ་ལ་ཁྲིམས།  
དཔེ་བསྟར་རམ་འདེགས། བསྐྱར་རིག་འཛིན།  
དེབ་གཟུགས་མཛེས་སྤྱོད། འབྲུག་ཆོ་རིང་།  
བརྟུག་སྒྲིག་འགན་ཁུར། དགོན་མཆོག་པ་སངས།

བདེ་མཆོག་ལྟན་སྒྲིལ་ལྟ་ལྟ་བུ་བྱའི་ཞལ་ལུང་།

མཛད་པ་པོ། ཉིན་རྒྱུ་བུ་བུ་དོན་གྲུབ་ཆོས་དབང་།

འཕྲི་གུང་བཀའ་བརྟུན་གསུང་རབ་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་ནས་འབྲེམས་སྤེལ་བྱས།

སྤྱི་ལོ། 2009 ཟླ་བ། 3 པར་དཔར་གཞི་དང་པོ་བསྒྲིགས།

སྤྱི་ལོ། 2009 ཟླ་བ། 4 པར་དཔར་ཐེངས་དང་པོ་བརྟུག།

དེབ་ཆད། 5.5X8 ཡིན། དེབ་གངས། 500 བསྐྱུན།





